தமிழ்நாடு ● மகளிர் மேம்பாட்டு

முற்றம்

₹10/- மலர் 15 இதழ் 11 மார்ச் 2014 | மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான மாத இதழ் | ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை

நம் வீட்டு தோட்டத்தில்...! 6

பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்காக வங்கிகள்... 12

சமுதாயம் சார்ந்த கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொள்ளும் கருத்துப் பட்டறை 24

வளம் நிறைந்த மலைவாழிடங்கள்
ஆர்ப்பரித்துக் கொட்டும் அருவிகள்
அலைகள் தாலாட்டும் கடற்கரைகள்
அருள் தரும் ஆன்மீகத் தலங்கள்
வரலாற்று கால சிறப்பிடங்கள்

வணக்கம் தமிழகம்!

• சுற்றுலா சிறப்பிதழ் •

திருமதி மைதிலி க. ராஜேந்திரன், இ.ஆ.ப.,
மேலாண்மை இயக்குநர்,
தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்

சுய உதவிக் குழு மகளிரான உங்களை மாதந்தோறும் முற்றம் இதழின் வாயிலாக சந்திக்கும்போது, உங்களுடன் நேரில் பேசுவது போன்ற உணர்வு எனக்கு ஏற்படுகிறது. இன்று ஆண்களுக்கு நிகராக பெண்கள் சாதனைகள் படைத்தாலும், இன்னும் சில இடங்களில் பெண்கள் தங்களின் உரிமைகளைப் பெற போராடித்தான் வருகின்றனர். இருப்பினும் தங்களின் கடமையில் இருந்து பெண்கள் என்றும் தவறுவதில்லை. தாயாக, தாரமாக, சகோதரியாக, மகளாக, நல்ல தோழியாக பலவித பரிமாணங்களில் பெண்கள் தங்களின் பங்கினை சமூகத்திற்கு அளித்து வருகின்றனர் என்பதை அனைவரும் அறிவார்கள்.

சுய உதவிக் குழு மகளிரான நீங்களும், வீட்டிற்கும், நாட்டிற்கும், சமூகத்திற்கும் உங்களின் சீரிய பங்களிப்பை அளித்து வருகிறீர்கள் என்பதை உலகே அறியும். இருப்பினும் இத்தருணத்தில் உங்களுடன் சில கருத்துக்களை பரிமாறிக் கொள்ள விரும்புகிறேன். தற்போது பள்ளிகள் மற்றும் கல்லூரிகளில் இறுதித் தேர்வுகள் நடைபெற்று வருவது உங்களுக்குத் தெரியும். உங்கள் பிள்ளைகளும் அந்தத் தேர்வுகளை எதிர் கொள்ளும் நிலையில் இருப்பார்கள். தற்போது தேர்வு என்பது மாணவர்களின் எதிர்காலத்திற்கான திறவுகோலாக இருக்கிறது. எனவே தேர்வுக்குப் படிக்கும் பிள்ளைகளுக்கு சத்தான உணவும், ஊக்கமும், உற்சாகமும் அளித்து, அவர்கள் தேர்வை நல்ல முறையில் எதிர் நோக்கச் செய்ய வேண்டியது நமது கடமையாகும்.

அடுத்து சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் கூட்டமைப்புகளில் கணக்குகளை தணிக்கை செய்யும் மாதம் இதுவாகும். நீங்கள் அனைவரும் உங்கள் குழுக்கள் மற்றும் கூட்டமைப்புகளின் நிதி சார்ந்த நடவடிக்கைகளை முறையாகப் பதிவு செய்து, கணக்குப் புத்தகங்களை பராமரித்து வைத்திருப்பீர்கள் என்பது எனக்குத் தெரியும். இருப்பினும் மீண்டும் ஒரு முறை வரவு செலவுகளை சரிபார்த்து, முறைப்படுத்தி வைத்துக் கொள்வது உங்களின் சிறப்பான செயல்பாட்டிற்கு ஒரு மைல்கல்லாக இருக்கும். இறுதியாக முக்கியமான ஒரு செய்தியை உங்களுக்கு சொல்லிக் கொள்ள விரும்புகிறேன். தற்போது 16வது நாடாளுமன்றத் தேர்தல் நடைபெறுகிறது. நம் நாடு உலகின் மிகப் பெரிய ஜனநாயக நாடு. ஜனநாயக முறைப்படி நடைபெறும் தேர்தலில் நாம் அளிக்கும் வாக்கு நமது எதிர்காலத்தை தீர்மானிக்கும். நாம் அளிக்கும் வாக்குதான் வலிமையான, வளமான நாட்டை உருவாக்கும்.

எனவே உலகின் மிகப்பெரிய ஜனநாயக நாட்டின் ஆட்சியாளர்களைத் தீர்மானிக்கும் சக்தி படைத்த நீங்கள், நடைபெற உள்ள தேர்தலில் தவறாது வாக்களிக்க வேண்டும். உங்களின் வாக்குகள் மதிப்பு மிக்கவை. அவைகள் பணத்திற்காகவோ பரிசு பொருட்களுக்காகவோ அல்ல என்பது உங்களுக்குத் தெரியும். எனவே ‘உங்கள் உரிமையை பேண வாக்களியுங்கள். சிறந்த குடிமக்கள் என்ற பெருமையைப் பெறுங்கள்’ என்று அன்புடன் கூறிக் கொள்வதுடன், நீங்கள் அனைவரும் அனைத்து நலன்களையும் பெற்று வாழ வேண்டும் என்று தமிழ்ப் புத்தாண்டு வாழ்த்துகளையும் கூறிக் கொள்கிறேன்.

மேலாண்மை இயக்குநர்

உலகின் மிகப்பெரிய ஜனநாயக நாட்டின் ஆட்சியாளர்களைத் தீர்மானிக்கும் சக்தி படைத்த நீங்கள், நடைபெற உள்ள தேர்தலில் தவறாது வாக்களிக்க வேண்டும். உங்களின் வாக்குகள் மதிப்பு மிக்கவை. அவைகள் பணத்திற்காகவோ பரிசு பொருட்களுக்காகவோ அல்ல என்பது உங்களுக்குத் தெரியும்.

உங்கள் இதயத்தை காத்துக் கொள்ள
புகைப் பழக்கத்தை இன்றே
நிறுத்துங்கள்
TNHSP
வயது
30+
30 வயதும், அதற்கு மேற்பட்டவரா?
ஆரோக்கியமான இதயத்திற்கு...
• தவறாமல் இரத்த அழுத்தத்தை பரிசோதித்துக் கொள்ளுங்கள்.
• எண்ணெய் / கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவைக் குறைத்திடுங்கள்.
• உடல் எடையை சரியாக வைத்திருங்கள்.
• உப்பின் அளவைக் குறையுங்கள்.
• மன அழுத்தத்தைக் குறைக்க யோகா பயிற்சி செய்யுங்கள்.
• சுறுசுறுப்பான உடல் இயக்கத்தில் ஈடுபடுங்கள்.
மேலும் விவரங்களுக்கு அருகிலுள்ள அரசு மருத்துவமனை
அல்லது ஆரம்ப சுகாதார நிலையத்தை அணுகவும்.
தமிழ்நாடு சுகாதாரத் திட்டம்
மக்கள் நல்வாழ்வு மற்றும் குடும்ப நலத்துறை, தமிழ்நாடு அரசு
TNHSP

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித்துறை
தமிழ்நாடு ● மகளிர் மேம்பாட்டு ●
முற்றம்
மலர் 15 இதழ் 11 மார்ச் 2014
விலை ரூ. 10/-

கௌரவ ஆசிரியர்
மைதிலி க. ராஜேந்திரன், இ.ஆ.ப.,
மேலாண்மை இயக்குநர்
தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்

பதிப்பாளர் மற்றும் ஆசிரியர்
எஸ். சின்னப்பன்
செயலர், முற்றம்

நிர்வாக ஆசிரியர்
டபிள்யூ. சிராஜுன்னிசா
பொது மேலாளர்

ஆசிரியர் குழு
ம. மனோகர சிங்
கூடுதல் இயக்குநர்
எம். மாதவி
கூடுதல் இயக்குநர்
எல். ராஜா
கூடுதல் இயக்குநர்

புது வாழ்வு திட்டம்
ஆர். வி. ஷஜீவனா
கூடுதல் திட்ட இயக்குநர்
கா. சுஜாதா ஜேக்கப்
கூடுதல் திட்ட இயக்குநர்
மோ. கணேஷ்குமார்
தகவல் தொடர்பு வல்லுநர்

பொறுப்பாசிரியர்
மு. மேகவர்ணம்
மக்கள் தொடர்பு அலுவலர்

முற்றம் உதவியாளர்
ஏ. கண்ணன்

கணக்கர்
சு. சசிகலா

கணினி வடிவமைப்பு
மு. செல்வம்

பிழை திருத்துபவர்
எஸ். எஸ். ரவிச்சந்திரன்

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி :
ஆசிரியர், 'முற்றம்'
தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்,
அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகம்,
வள்ளுவர் கோட்டம் நெடுஞ்சாலை
நுங்கம்பாக்கம், சென்னை - 600 034.

தொலைபேசி: 044-2817 3412 / 3413
தொலைநகல்: 044-2817 3409

முற்றம் இதழ் தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின்
ஆதரவுடன் வெளியிடப்படுகிறது

ஆசிரியரிடமிருந்து...

வாக்குரிமை...!

உலகில் மிகப் பெரிய ஜனநாயக நாடான நமது இந்திய நாட்டின் 16வது மக்களவையை தேர்ந்தெடுக்கும் பொறுப்பில் நாம் இருக்கின்றோம். இம் மாதம் நடக்கவிருக்கும் பாராளுமன்ற தேர்தலில் இந்திய குடிமக்களாகிய நாம் அனைவரும் நமது பிரதிநிதிகளை தேர்வு செய்து அனுப்ப வேண்டியது நமது கடமையாகும். மக்களாட்சி என்பது மக்களே தங்களின் பிரதிநிதிகளை தேர்ந்தெடுத்து மக்களின் நலனை காக்கவும், மக்களின் பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கவும், நாட்டை பாதுகாக்கவும், அதிகாரத்தையும், பொறுப்பையும் அவர்களுக்குக் கொடுப்பதாகும்.

ஐந்தாண்டுகளுக்கு ஒருமுறை வரும் இந்த தேர்தலை முறையாக நடத்துவதற்கு அரசு கணிசமான தொகையை செலவிடுகிறது. தேர்தலுக்கென்றே அமைக்கப்பட்டு செயல்பட்டு வரும் தேர்தல் ஆணையம் நேர்மையாக தேர்தலை நடத்துவதற்கு பல்வேறு ஒழுங்கு நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு தேர்தலை நடத்தி வருகிறது. மக்களாட்சியை கட்டிக் காப்பதற்காகவே இவ்வளவு முயற்சிகளும் மேற்கொள்ளப்படுகிறது. இதனை உணர்ந்து நம்மிடம் கொடுக்கப்பட்டுள்ள வாக்குரிமையை நாம் தவறாமல் பயன்படுத்த வேண்டியது நமது கடமையாகும்.

மகளிர் குழுக்களின் கொள்கைகள் கூட ஜனநாயக அடிப்படையில் செயல்படுத்துவதாகும். உங்கள் குழுக்களை நீங்களே நிர்வகிக்க வேண்டியது உங்கள் கடமையாகும். குழுவின் நிர்வாகத்தில் நிதி நிர்வாகம் என்பது ஒரு முக்கியமான அம்சமாகும். குழுவின் நிதியை கையாளும் ஒழுக்கத்தை பொறுத்தே குழுவின் வெற்றியும், குழு உறுப்பினர்களின் முன்னேற்றமும் அமையும்.

எனவே, ஒவ்வொரு நிதியாண்டு முடிந்தவுடன், குழுக்களின் கணக்குகள் முறையாக அங்கீகாரம் பெற்ற தணிக்கையாளர்களால் தணிக்கை செய்யப்பட்டு, நிதி நிலை அறிக்கையானது தயாரிக்கப்பட்டு, அனைத்து உறுப்பினர்களுக்கும் நிதி நிலவரத்தை வெளிப்படையாக அறிவிக்க வேண்டியது நிர்வாகிகளின் பொறுப்பாகும். இந்த நிதி நிர்வாக ஒழுக்கமே உறுப்பினர்களிடையே நம்பிக்கையை உருவாக்கும்.

நிதியாண்டின் தொடக்க மாதமான ஏப்ரல் மாதத்தின் முதல் நாள் அன்று 'முட்டாள்கள் தினம்' அனுசரிக்கப்பட்டு வருகிறது. இந்த தினம் நமக்கு விளையாட்டாக தெரிந்தாலும், அதற்கென்று சில நேர்மறையான முக்கிய காரணங்களும் உண்டு. நாம் அனைவரும் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும் என்றும், எவ்வகையிலும் ஏமாந்து விடக்கூடாது என்றும், மற்றவர்களை முட்டாளாக்கி நாம் மட்டும் வாழ நினைக்கக் கூடாது என்றும் நமக்கு ஆழமாக உணர்த்தி, முன்னெச்சரிக்கை தரும் நாளாக இதைப் பார்க்க வேண்டும்.

இப்படிக்கு

(எஸ். சின்னப்பன்)
பதிப்பாளர் மற்றும் ஆசிரியர், முற்றம்

உள்ளே

ஏப்ரல் 22 உலக பூமி தினம் — 5

சுற்றுலா போகலாம் வாங்க... — 8

பள்ளிகள் மற்றும் கல்லூரிகளின் விடுமுறையும், கோடைக்காலமும் சேர்ந்து வரும் ஏப்ரல் மற்றும் மே மாதங்களில் சுற்றுலா செல்லும் பழக்கம் இன்று நம்மிடையே அதிகரித்து வருகின்றது.

கால்நடை நலம் காண ஆவல்...!! — 13

ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகள்... — 17

மகளிரைக் கொண்டு குழுக்கள் அமைத்து, சமூக பொருளாதார மேம்பாட்டின் மூலம் சுய சார்புத் தன்மை அடைய வகை செய்து, ஆற்றல்படுத்துவதே தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் முக்கிய குறிக்கோளாகும்.

முற்றக் கச்சேரி வாக்களியுங்கள்... — 26

கோடைக்காலம்

சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டிய உணவுகள் — 15

வாழ்வாதாரத்தை

வளமாக்கும் வங்கி சேவைகள்...! — 20

அனைத்து மகளிருக்கும்
தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு முற்றத்தின்
தமிழ்ப் புத்தாண்டு வாழ்த்துகள்

சந்தாத் தொகையை 'முற்றம்' என்ற பெயரில் சென்னையில் மாற்றத் தக்க முறையில் வங்கி வரைவோலையாக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். வங்கி வரைவோலையுடன், சந்தாதாரரின் பெயர், க/பெ. (அ) த/பெ., குழுவின் பெயர், வீட்டு எண், தெரு எண், கிராமத்தின் பெயர், தாலுக்காவின் பெயர், மாவட்டத்தின் பெயர் ஆகியவற்றுடன் அஞ்சல் குறியீட்டு எண்ணையும் (பின்கோடு எண்) தவறாமல் குறிப்பிட்டு அனுப்ப வேண்டும். முற்றம் சந்தாக்களுக்குரிய புத்தகம் அந்தந்த நபருக்கு அனுப்ப வேண்டுமா? அல்லது மொத்தமாக எந்த முகவரிக்கு அனுப்ப வேண்டும் என்பதை தெளிவாகக் கடிதத்தில் குறிப்பிட வேண்டும்.

முற்றம் இதழ் சந்தா விபரம்

ஒரு ஆண்டு சந்தா	- ரூ. 100/-
இரண்டு ஆண்டு சந்தா	- ரூ. 150/-
மூன்று ஆண்டு சந்தா	- ரூ. 250/-
நான்கு ஆண்டு சந்தா	- ரூ. 300/-
ஆயுள் சந்தா	- ரூ. 600/-
புரவலர் கட்டணம்	- ரூ. 15,000/-

கவிதை, உடல் நலக் குறிப்புகள், சிறப்புக் கட்டுரைகள், சுய உதவிக் குழுக்கள் சம்பந்தப்பட்ட நிகழ்ச்சிகள் போன்றவற்றை சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் தக்க புகைப்படத்துடன் அனுப்பினால் அவைகளில் தகுதி வாய்ந்தவைகள் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும். சுய உதவிக் குழுக்களின் வெற்றிக் கதைகள், குழுவின் செயல்பாடுகள் போன்றவற்றையும் புகைப்படத்துடன் அனுப்பினால் அவைகளும் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும். முற்றம் இதழ் குறித்த தங்களின் விமர்சனங்களும் ஆலோசனைகளும் வரவேற்கப்படுகிறது.

தேர்வுக்குப் படிக்கும் மாணவர்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ள ஆலோசனைகளை வழங்கிய முற்றம் இதழை எங்கள் பகுதியைச் சேர்ந்த மாணவ மாணவிகள் அனைவரும் படித்துப் பார்த்தனர். முற்றம் எங்களுக்கு நல்ல வழிகாட்டி என்று மகிழ்ச்சியுடன் கூறினர்.

சிவகாமி தங்கமுத்து,
சமாதானப் புறா மகளிர் குழு,
சங்கரன்கோவில், நெல்லை மாவட்டம்.

சுனாமிக்குப் பிந்தைய வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் மூலம் சுனாமி பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளைச் சேர்ந்த மக்களுக்கு வழங்கப்பட்டு வரும் பல்வேறு நலத்திட்ட செயல்பாடுகளை முற்றம் இதழ் மிகவும் சிறப்பாக, புகைப்படங்களுடன் மாதந்தோறும் வெளியிட்டு வருவது எங்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கிறது.

உறுப்பினர்கள்,
கடல் மீன்கள் மகளிர் முன்னேற்ற சங்கம்,
பழவேற்காடு, திருவள்ளூர் மாவட்டம்.

முற்றம் இதழில் மாதந்தோறும் இடம்பெற்றுள்ள செய்திகள் எங்களைப் போன்ற குழுக்களின் உறுப்பினர்களுக்கு மிகவும் உதவியாக உள்ளது. குழுக்களின் வெற்றிக் கதைகள் அவர்களுக்கு மேலும் ஊக்கம் அளிக்கும் வகையில் உள்ளன.

நிர்வாகிகள் மற்றும் உறுப்பினர்கள்,
தேசப்பிதா சுய உதவிக் குழு,
ஒசூர், கிருஷ்ணகிரி மாவட்டம்.

கிராமப்புறங்களில் வசித்து வரும் ஏழை எளிய மக்களின் வாழ்வில் பொருளாதார வளர்ச்சியை ஏற்படுத்தி வரும் புதுவாழ்வு திட்டம் மற்றும் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் ஆகியவற்றின் செயல்பாடுகளையும், வெற்றி பெற்ற குழுக்கள் குறித்த செய்திகளையும் வெளியிட்டு வரும் முற்றத்திற்கு எங்களது வாழ்த்துகள்.

முத்துலட்சுமி, செயலாளர்,
கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்கம்,
உடையாப்பட்டி, சேலம் மாவட்டம்.

இப்படிக்கு

மின்னஞ்சல் : wdcmutram@yahoo.com
wdcmutram@gmail.com

www.tamilnadumahalir.org/mutram

தினம்...தினம்...

உலக சுகாதார தினம்

ஏப்ரல் 7

உலகில் உள்ள அனைவருக்கும் இயன்ற வரை சுகாதார வசதிகளைப் பெற்றுக் கொடுப்பதை நோக்கமாகக் கொண்டு செயல்படும் உலக சுகாதார அமைப்பின் ஆதரவுடன் ஒவ்வோர் ஆண்டும் ஏப்ரல் 7ஆம் தேதி உலக சுகாதார நாள் கொண்டாடப்படுகின்றது. தொற்று நோய்களை எதிர்த்து போராடுதல் மற்றும் உலகில் உள்ள மக்கள் அனைவருக்கும் பொதுச் சுகாதார வசதிகள் ஏற்படுத்துதல் ஆகியவை உலக சுகாதார அமைப்பின் முக்கிய நோக்கங்களாகும். இந்நிறுவனம், 1950ஆம் ஆண்டு முதல் ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஏப்ரல் 7ஆம் நாளை உலக சுகாதார நாளாகக் கொண்டாடுவதாகத் தீர்மானித்தது. அன்றிலிருந்து உலக சுகாதார அமைப்பின் சார்பாக சுகாதாரம் சம்பந்தமான கருப்பொருளை மையமாகக் கொண்டு உலக சுகாதார நாள் கொண்டாடப்படுகிறது. ஆண்டுதோறும் ஏப்ரல் 7ஆம் தேதியன்று கடைபிடிக்கப்படும் உலக சுகாதார தினத்தில் ஏதாவது ஒரு முக்கிய சுகாதார செய்தியை தலைப்பாய் முன்னிறுத்தி, அதைப்பற்றிய விழிப்புணர்வு செய்தியை, திட்டங்களை வெளியிடுவது உலக சுகாதார மையத்தின் கொள்கையாகும். ■

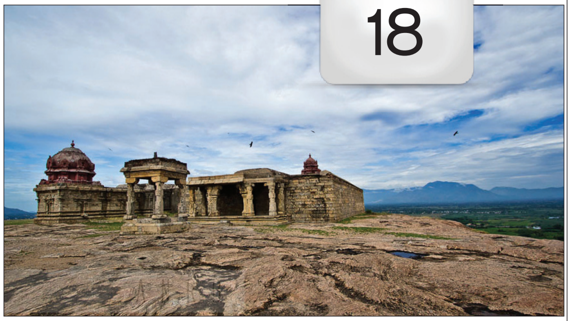
தொற்று நோய்களை எதிர்த்து போராடுதல் மற்றும் உலகில் உள்ள மக்கள் அனைவருக்கும் பொதுச் சுகாதார வசதிகள் ஏற்படுத்துதல் ஆகியவை உலக சுகாதார அமைப்பின் முக்கிய நோக்கங்களாகும்.

ஏப்ரல் 15

திருநங்கையர் தினம்

திருநங்கையரின் சமூகப் பாதுகாப்பிற்காகவும், அவர்களின் சிறப்பை வலியுறுத்தும் வகையிலும் ஆண்டுதோறும் ஏப்ரல் 15ஆம் நாளன்று திருநங்கையர் தினம் கடைபிடிக்க வேண்டும் என்று 2011 மார்ச் 1ஆம் நாளன்று தமிழ்நாடு அரசு ஆணை பிறப்பித்தது. தமிழ்நாட்டில் ஏப்ரல் 15ஆம் தேதி திருநங்கையர் நலவாரியம் அமைக்கப்பட்டதால், அந்த நாளே திருநங்கையர் தினமாக கடைபிடிக்கப்படுகிறது. திருநங்கையரை கேலிப் பொருளாகப் பார்க்காமல், அவர்களுக்கு அனைத்து மட்டங்களிலும் சம உரிமை வழங்கிட இந்நாளில் நாம் உறுதியேற்போம். ■

ஏப்ரல் 18



உலக மரபு தினம்

உலகின் மிக முக்கிய நினைவுச் சின்னங்களை பாதுகாத்திட விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதற்காக உலக மரபு தினம் கடைபிடிக்கப்படுகிறது. தாஜ் மஹால், குதுப்மினார், தஞ்சை பெரிய கோவில், மாமல்லபுரம் போன்றவை உலக பண்பாட்டு சின்னங்களின் பட்டியலில் இடம் பெற்றுள்ளன. இதுபோன்ற நினைவுச் சின்னங்களைப் பாதுகாக்க பல்வேறு அமைப்புகளும், கலாச்சார ஆர்வலர்களும் நிதி உதவி செய்து வருகின்றனர். தற்போது பெரும் நிறுவனங்களும் இதற்கு முன்வந்துள்ளது பாராட்டத்தக்கது. நமது பங்காக மரபுச் சின்னங்களை சிதைக்காது பாதுகாக்க இளைஞர்களுக்கும், சிறார்களுக்கும் அறிவுறுத்துவோம். ■

ஏப்ரல் 22

உலக பூமி தினம்

நாகரிக வளர்ச்சியால் வனங்கள், நீர் நிலைகள், விளைநிலங்கள் அழிப்பு, தொழிற்சாலைகள் மற்றும் வாகனங்களின் நச்சுப்புகை, பிளாஸ்டிக் பொருட்கள், பூச்சிக் கொல்லி மருந்துகள், இரசாயன உரங்கள் போன்றவற்றால் நம்முடைய சுற்றுச்சூழல் பாதிக்கப்படுகிறது. இயற்கைக்கு எதிராக நாம் தெரிந்தே செய்யும் தவறால் ஆபத்தை சுமந்து கொண்டிருக்கிறோம். மாசில்லா பூமியை நம் சந்ததிக்கு விட்டுச் செல்ல, நாம் மேற்கொள்ள வேண்டிய பல செயல்கள் மேற்கொள்ள, நாம் வாழும் பூமியைக் காக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை உணர்த்தும் வகையில் ஆண்டுதோறும் ஏப்ரல் 22ஆம் தேதி உலக பூமி தினம் கடைபிடிக்கப்படுகிறது. நம்மைத் தாய்போல் பாதுகாக்கும் இந்தப் பூமி மாசுபடுவதை குறைத்து, சுற்றுச்சூழலை பாதுகாப்பதில் ஆர்வத்துடனும் விழிப்புடனும் செயல்படுவோம். ■

ஏப்ரல் 24 – நமது மாநிலத்தில் வாக்களிக்கும் நாள்...மறவாதீர்!

வீட்டிற்குத் தேவையான காய்கறிகளை நாமே உற்பத்தி செய்து கொள்ளலாம்

நம் வீட்டு தோட்டத்தில்...!

பெருகி வரும் மக்கள் தொகையின் காரணமாக பெரும்பாலான இடங்கள் வீடுகள், குடியிருப்புகள் கட்டுவதற்காகவே பயன்படுத்தப்படுவதால், வீடுகளில் காய்கறி தோட்டம் அமைப்பதற்காக தனி இடம் ஒதுக்குவது என்பது கடினமான விஷயமாக உள்ளது. வீட்டின் மாடிப்பகுதியில் காய்கறி மற்றும் அலங்காரச் செடிகள் வளர்க்கும் முறையான மாடித் தோட்ட அமைப்பு முறை பரவலாகப் பெருகி வருகிறது.

வீட்டின் மாடிப்பகுதியில் அமைக்கப்படும் தோட்டமானது வீட்டின் மேற்பரப்பிற்கு ஒரு தனி அழகையும், இயற்கை சூழலையும் ஏற்படுத்திக் கொடுப்பதுடன், வீட்டிற்குத் தேவையான காய்கறிகளையும் நமக்குத் தருகிறது.

மாடித் தோட்டம் அமைப்பது என்றால் முதலில் என்ன செய்ய வேண்டும்? எப்படி தோட்டம் அமைக்க வேண்டும்? செடி, கொடிகளை எப்படி பராமரிப்பது? போன்றவற்றிற்கு வேளாண் பல்கலைக் கழகம் அல்லது வேளாண்துறையின் தோட்டக்கலைத்துறையில் ஆலோசனைகளைப் பெறலாம்.

செடிகள் தேர்வு

மாடித்தோட்டம் அமைக்கும்போது செடிகளைத்தேர்வு செய்வதில் கவனம் அவசியம். பொதுவாக செடிகள் ஆணி வேர் மற்றும் சல்லி வேர் தொகுப்பை கொண்டதாக இருக்கும். இதில் ஆணிவேர் தொகுப்பை கொண்ட செடிகளை நடவு செய்வதை தவிர்க்க வேண்டும். ஏனெனில் நடவு செய்த 4 முதல் 5 ஆண்டுகளில் வேர் தொகுப்பானது வீட்டு கூறையின் கான்கிரீட் பகுதிக்கும் நுழைந்து வீட்டிற்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தும், எனவே சல்லிவேர் தொகுப்பு கொண்ட செடிகளை தேர்வு செய்வதே நல்லது.

வீட்டு மாடியில் அமைக்கப்படும் காய்கறி தோட்டத்தில் அனைத்து வகையான காய்கறி செடிகளையும் அலங்காரச் செடிகள், மூலிகைச் செடிகள் போன்றவற்றையும் நடவு செய்து பராமரிக்கலாம்.

தோட்டம் அமைக்கும் முறை

மாடியில் தோட்டம் அமைக்கும் போது கூரை தளம் தொடர்ந்து வரும் ஈரத்தினால் பாதிப்படையாமல் இருக்க அதற்குரிய பெயிண்ட் அடித்து தோட்டம் அமைப்பது சிறந்தது. மாடிப்பகுதியில் தொட்டி போன்ற அமைப்பை கூரையின் கான்கிரீட் பகுதி யில் உருவாக்கி அதனுள் மண் கலவையை நிரப்ப வேண்டும். அவ்வாறு நிரப்பும் போது தண்ணீர் கூரையின் உட்பகுதியில் புகாதவாறு நீர்தடுப்பான் (வாட்டர்புரூப்) மூலம் பாதுகாக்க வேண்டும்.

சிமெண்ட் தொட்டிகள், பிளாஸ்டிக் மற்றும் மரப் பீப்பாய்கள், மண் தொட்டிகள், பலவித அளவு களில் உள்ள டிரம் போன்ற கொள்கலன்களிலும் செடிகளை வளர்க்கலாம்.

செடிகளுக்கு நீர் ஊற்றும்போது மண்ணில் உள்ள ஈரப்பதம், வெப்பம், பயிர்களின் வகை, பயிர்களின் நிலை, கொள்கலன்களின் அளவு போன்றவற்றை கருத்தில் கொண்டு போதுமான அளவு நீர் ஊற்ற வேண்டும். கோடைக்காலத்தில் அதிக அளவு நீர் தேவைப்படும். ஒரு நாளைக்கு இருமுறை நீர்

தொட்டிகளிலும் மற்ற கொள்கலன்களிலும் செடிகளை வளர்க்கும் போது கவனமாக இருக்க வேண்டும். செடிகளுக்கு நீர் ஊற்றும்போது மண்ணில் உள்ள ஈரப்பதம், வெப்பம், பயிர்வகை, போன்றவற்றை கருத்தில் கொண்டு நீர் ஊற்ற வேண்டும்.

பாய்ச்ச வேண்டும். அதற்காக அதிக அளவு தண்ணீர் பாய்ச்சுவதும் தவறாகி விடும். எனவே மேற்பரப்பு மண்ணை ஒரு அங்குலம் அளவு தோண்டிப் பார்த்து ஈரம் இல்லை என்றால் மட்டுமே நீர் விட வேண்டும். மண்ணின் கீழ்பரப்பில் தேவையான அளவு ஈரம் இருந்தபோதும், ஆவியாதல் காரணமாக மேற்பரப்பு உலர்ந்து விடும். எனவே மேற் கண்ட முறையைக் கடைப்பிடிப்பது அவசியமாகிறது.

உரங்கள் இடுதல் மற்றும் களை எடுத்தல்

கலப்பு உரங்களை மேலுரமாக இடுவதன் மூலம் செடிகளின் வளர்ச்சி அதிகரிக்கும். இரசாயன உரங்களை மிகக் குறைவாக இடலாம். உரமிட்ட உடனே நீர் பாய்ச்சுவது மிகவும் முக்கியம். இயற்கை உரங்களான மண்புழு உரம், மக்கிய தென்னை நார் கழிவு மற்றும் இலை மக்குகளை செடிகளுக்கு இட வேண்டும்.

கைகளால் களை எடுப்பதே மிகவும் சிறந்தது. இதன் மூலமே வேர்களுக்கு நல்ல காற்றோட்ட வசதி கிடைக்கும். கீரை வகைகளில் களை எடுக்கும் போது மிகவும் கவனமாக, வேர்களை பாதிக்காத வகையில் களை எடுக்க வேண்டும். மார்க்கெட்டுகளில் அரிதாக கிடைக்கும் வெந்தயம், சோயா போன்றவற்றை தொட்டிகளில் வளர்த்து பயனடையலாம். கறிவேப்பிலை, நெல்லிக்காய் போன்றவற்றையும் பெரிய அளவிலான கொள்கலன்களில் வளர்க்க முடியும்.

அலங்கார செடிகள்

இவ்வகை செடிகளை வளர்க்கும் போது கொள்கலன்களில் மண்ணுடன் சம அளவு மக்கிய மாட்டு எருவை கலந்து நிரப்பி, குளிர்ந்த நீரை பாய்ச்ச வேண்டும். தண்டுகள், விதைகள் அல்லது பதியங்கள் மூலம் தான் பெரும்பாலும் செடிகள் இனப்பெருக்கம் செய்யப்படுகின்றன. இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றினை நட்டு தண்ணீர் ஊற்ற வேண்டும். செடிகள் படர்ந்து வளர்வதற்கு பற்றுக்கோல் மற்றும் இதர சூழ்நிலையை செடிகள் நட்டவுடன் அமைத்து விட வேண்டும். வளர்ந்து வரும் செடி, கொடிகளை அவ்வப்போது வெட்டி வளர்த்தால், செடிகள் நன்றாக வளரும். காய்ந்த செடிகளையும், இலைகளையும் நீக்கி வந்தால் செடிகள் அழகாக காட்சியளிக்கும்.

இன்றைய இயந்திர வாழ்க்கையில் ஆரோக்கிய குறைபாடுகள் ஏற்படுகின்றன. வீடுகளிலே தோட்டம் அமைத்து பராமரிப்பது போன்ற வேலைகளை செய்வது பயனுள்ள பொழுது போக்கு அம்சமாக இருக்கும். இயந்திர வாழ்வில் இருந்து சிறு மாறுதலும் கிடைக்கும். மேலும் இயற்கையான சூழ்நிலைக்கும் இவ்வகை தோட்டங்கள் வழிவகுக்கும். காலையிலேயே தோட்ட பராமரிப்பு வேலையில் ஈடுபடும் போது, உடலும் மனமும் புத்துணர்ச்சி பெறும். ■

மரம் வளர்ப்போம்...!

மண்ணைக் காப்போம்...!!

பூமிப்பந்தின் நுரையீரல்கள் எனப்படும் மரங்கள், மண்ணை காப்பதோடு மட்டுமின்றி மண்ணில் வாழும் உயிரினங்களுக்கு வாழ்வின் ஆதாரத்தையும் அளிக்கின்றன. சமீப காலமாக மரங்களை பல்வேறு காரணங்களுக்காக வெட்டி அழித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். இயற்கை ஏற்படுத்திய சம நிலையை செயற்கையாக்கியதன் விளைவுகளை நம் எதிர்கால சந்ததி யினரும் சந்திக்க வேண்டியிருக்கும் என்பது உண்மை.

நாம் உயிர்வாழத் தேவையான பிராணவாயுவினை வெளியிடுபவை மரங்களே. சகல ஜீவராசிகளும் வெளியிடும் கரியமிலவாயுவை மரங்கள் உட்கொண்டு பிராணவாயுவினை வெளிவிடுகின்றன. இந்த கரியமில வாயு உள்ளிட்ட பல வாயுக்கள் புவிப் பரப்பில் அதிகரிக்கும் போது பூமியிலிருந்து வெப்பம் வெளியேறாமல் பூமியே உஷ்ணமாக மாறும். இதன் மூலம் துருவங்களில் உள்ள பனிப்பாறைகள் உருக ஆரம்பித்து கடல் மட்டம் உயர்ந்து, கடல் நீர் தாழ்வான பகுதிகளை மூழ்கடித்து விடும்.

மரங்கள் இருந்தால் இந்த வெப்பத்தை அவை உள்ளிழுத்து அப்பகுதியை குளிர்ச்சியாக மாற்றிவிடும். மண் அரிப்பைத் தடுப்பது, நிலத்தடி நீரைத் தக்க வைப்பது, மழை பொழியச் செய்வது, ஒலி மூலம் மாசு ஏற்படுவதை தடுப்பது, மனிதர்களுக்கு பொருளாதார ரீதியாக பயனளிப்பது என மரங்களால் விளையும் நன்மைகளை சொல்லிக் கொண்டே போகலாம்.

கோயில்களுக்கு என்று ஸ்தல விருட்சங்களை வளர்த்த நாம், சமூகத்தில் வீடே ஒரு கோயில் எனக் கருதி, 'வீட்டுக்கு ஒரு மரம் வளர்ப்போம்' என உறுதி எடுப்போம். அடுக்குமாடிக் குடியிருப்புகள் பெருகி விட்ட நிலையில் இயன்றவரை மரங்களையும், செடிகளையும் நட்டு வைத்து பராமரிக்கலாம். அலுவலகங்கள், பள்ளிகள், கல்லூரிகள், தொழிற்சாலைகள் அமைந்துள்ள இடங்களில் அதன் வளாகங்களிலேயே மரம் நட்டு வைத்து பராமரிக்கலாம்.

கோயில்களுக்கு என்று ஸ்தல விருட்சங்களை வளர்த்த நாம், சமூகத்தில் வீடே ஒரு கோயில் எனக் கருதி, 'வீட்டுக்கு ஒரு மரம் வளர்ப்போம்' என உறுதி எடுப்போம். அடுக்கு மாடிக் குடியிருப்புகள் பெருகி விட்ட நிலையில் இயன்றவரை மரங்களையும், செடிகளையும் நட்டு வைத்து பராமரிக்கலாம்.

கண்ணியத்துடன் வாக்களியுங்கள்!

இயற்கை படைத்த அற்புதமான இடங்கள் நிறைந்தது நம் தமிழகம்

வணக்கம் தமிழகம்!

சுற்றுலா போகலாம் வாங்க...

இயற்கை அழகு கொட்டிக் கிடக்கும் தமிழகத்தில், இயல், இசை, நாடகம் என்னும் முத்தமிழும் நாளும் வளர்ந்தோங்கி வருகிறது. 'செந்தமிழ் நாடெனும் போதினிலே இன்பத் தேன் வந்து பாயுது காதினிலே' என்ற கவிதை வரிகளுக்கேற்ப பல்வேறு கலைகளும், வீர விளையாட்டுகளும் செழித்து நிற்கும் பூமியிது. வான்புகழ் வள்ளுவமும், நெஞ்சையள்ளும் காப்பியங்களும், சங்கத் தமிழ் மணக்கும் இலக்கியங்களும், உலகத்தோர் வியக்கும் ஆலயங்களும், இயற்கை படைத்த அற்புத தோற்றங்களும் நிறைந்தது நம் தமிழகம்.

பள்ளிகள் மற்றும் கல்லூரிகளின் விடுமுறையும், கோடைக்காலமும் சேர்ந்து வரும் ஏப்ரல் மற்றும் மே மாதங்களில் சுற்றுலா செல்லும் பழக்கம் இன்று நம்மிடையே அதிகரித்து வருகின்றது. சுற்றுலா என்பது மனத்திற்கு உற்சாகத்தையும், மகிழ்ச்சியையும், புத்துணர்வையும் அளிக்க வல்லது. விருந்தோம்பல், நட்புறவு, பெருந்தன்மை ஆகிய வற்றில் சிறந்து விளங்கி, வந்தாரை வாழ வைக்கும் தமிழகத்தில், அனைத்து மதத்தினரின் ஆன்மீகத் தலங்கள், அலைகள் தாலாட்டும் கடற்கரைகள், வனமும் வனப்பும் மிகுந்த மலைவாழிடங்கள், கடந்த காலத்தை கண்முன் கொண்டு வரும் வரலாற்று சிறப்பு பெற்ற இடங்கள், அடர்ந்த காடுகளிடையே ஆர்ப்பரித்து விழும் அருவிகள், விரிந்து பரந்த நீர்த்தேக்கங்கள் என ஏராளமானவை உள்ளன.

மலைவாழிடங்கள்

வான்முட்டும் மலை முகடுகள், நதிகள், ஆர்ப்பரித்து கொட்டும் அருவிகள், கொஞ்சி விளையாடும் பறவையினங்கள், அஞ்சி ஓடும் விலங்கினங்கள் என இயற்கை அழகு கொட்டிக் கிடக்கும் தமிழகத்தில் சுற்றுலாப் பயணிகள் காண வேண்டிய மலைவாழிடங்களும் ஏராளமாக உள்ளன.

சுற்றுலா செல்வது மனத்திற்கு உற்சாகத்தையும், மகிழ்ச்சியையும், புத்துணர்வையும் அளிக்க வல்லது.

திருவண்ணாமலை போளூர் பருவதமலை, ஏலகிரி, தீர்த்தமலை, ஏழைகளின் ஊட்டி ஏற்காடு, கோவை டாப்சிலிப், ஆனைமலை, வால்பாறை, மலைகளின் அரசி நீலகிரி, முதுமலை, கோத்தகிரி, தொட்டபொட்டா கொல்லிமலை, லாடபுரம் பச்சை மலைக்குன்றுகள், திருச்சி மலைக்கோட்டை, கொடைக்கானல், தேனி மேகமலை என காண வேண்டிய மலை வாழிடங்கள் தமிழத்தில் நிறைய உள்ளன.

அருவிகள் நிறைந்த தமிழகம்

உயர்ந்த மலைகளின் இடையே தவழ்ந்து வரும் அருவிகளைக் காணவும், அவற்றில் நீராடி மகிழவும் அனைவரும் விரும்புவர்.

ஜலகம்பாறை அருவி, ஒகேனக்கல் நீர்வீழ்ச்சி, ஏற்காடு கிள்ளியூர் அருவி, ஆழியாறு குரங்கு அருவி, சிறுவாணி அருவி, நீலகிரி பைகாரா நீர்வீழ்ச்சி, கொல்லிமலை ஆகாச கங்கை நீர்வீழ்ச்சி, தேனி கும்பக்கரை மற்றும் சுருளி அருவிகள், குற்றால அருவி, திற்பரப்பு அருவி, பாபநாசம் அகத்தியர் அருவி, பாணதீர்த்த அருவி போன்ற அருவிகள் பாய்ந்தோடி வரும் பெருமை பெற்றது நம் மாநிலம்.

அலைகள் தாலாட்டும் கடற்கரைகள்

அழகு நிறைந்த கடற்கரைகளும், அதைச் சார்ந்த பகுதிகளும் சுற்றுலாப் பயணிகளை கவரும் இடங்களாகும். நம் தமிழகத்திலும் அழகிய கடற்கரைகள் உள்ளன. அவைகளைக் காண ஏராளமான சுற்றுலாப் பயணிகள் வருகை தருகின்றனர்.

சென்னை மெரினா கடற்கரை மிகவும் புகழ் பெற்றதாகும். பல்லவர்களின் துறைமுகமான விளங்கிய மாமல்லபுரம், கோவளம், பூம்புகார், இராமேஸ்வரம், தனுஷ்கோடி, நாகப்பட்டினம், தூத்துக்குடி, உவடி, கன்னியாகுமரி, முட்டம், செத்தவிளை, சங்குத்துறை போன்ற கடற்கரைகள் சுற்றுலாப் பயணிகளை ஈர்க்கும் இடங்களாகும்.

பறவைகள் மற்றும் விலங்குகள் சரணாலயங்கள்

கிண்டி சிறுவர் பூங்கா, வண்டலூர் மிருககாட்சி சாலை, வேடந்தாங்கல் பறவைகள் சரணாலயம், மாமல்லபுரம் முதலைப் பண்ணை, வேலூர் அமிர்தி விலங்கியல் பூங்கா, பிச்சாவரம் சுரபுன்னை காடுகள், ஆனைமலை மற்றும் முதுமலை விலங்குகள் சரணாலயம், முக்குர்த்தி

அருள் தரும் ஆன்மீகத் தலங்கள்

அனைத்து மத மக்களும் போற்றும் வகையிலான ஆன்மீகத் தலங்கள் தமிழகத் தின் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் நிறைந்து உள்ளன.

திருவேற்காடு கருமாரியம்மன் ஆலயம், மயிலாப்பூர் கபாலீசுவர் ஆலயம், சாந்தோம் சர்ச், ஆயிரம் விளக்கு மசூதி, காஞ்சி கைலாசநாதர் ஆலயம், ஏகாம்பரேஸ்வரர் சன்னதி, திருத்தணி முருகன் கோவில், மதுரை மீனாட்சியம்மன் ஆலயம், திருப்பரங்குன்றம் முருகன் கோவில், திருவண்ணாமலை அருணாச்சலேசுவரர் திருக்கோயில், சோளிங்கர் நரசிம்மர் கோவில், கோட்டை மசூதி, சிதம்பரம் நடராஜர் கோவில், தஞ்சை பிரகதீஸ்வரர் ஆலயம், அறுபடை வீடுகளில் ஒன்றான சுவாமிமலை முருகன் ஆலயம், கும்பகோணம் கும்பேசுவரர் ஆலயம், மேல்மலையனூர் அங்காள பரமேஸ்வரி ஆலயம், மேல்மருவத்தூர் ஆதிபராசக்தி ஆலயம், ஒசூர் சங்கசூடேஸ்வரர் மலைக்கோவில், கொல்லிமலை அறப்பளீஸ்வரர் கோவில், நாமக்கல் ஆஞ்சனேயர் ஆலயம், சேலம் ஜாமியா மசூதி, குழந்தை ஏசு பேராலயம், சுகவனேசுவர் ஆலயம், கோட்டை மாரியம்மன் கோவில், அழகிரிநாத பெருமாள் கோவில், வெண்ணங்கொடி முனியப்பன் ஆலயம், மருதமலை முருகன் கோவில், வெள்ளியங்கிரி மலைக் கோவில், சிறுவாச்சூர் மதுர காளியம்மன் கோவில், அரியலூர் கங்கைகொண்ட சோழபுரம் கோவில், ஏலாக்குறிச்சி அடைக்கல மாதா தேவாலயம் போன்றவை தமிழகத்தின் ஆன்மீகத் தலங்களாகும்.

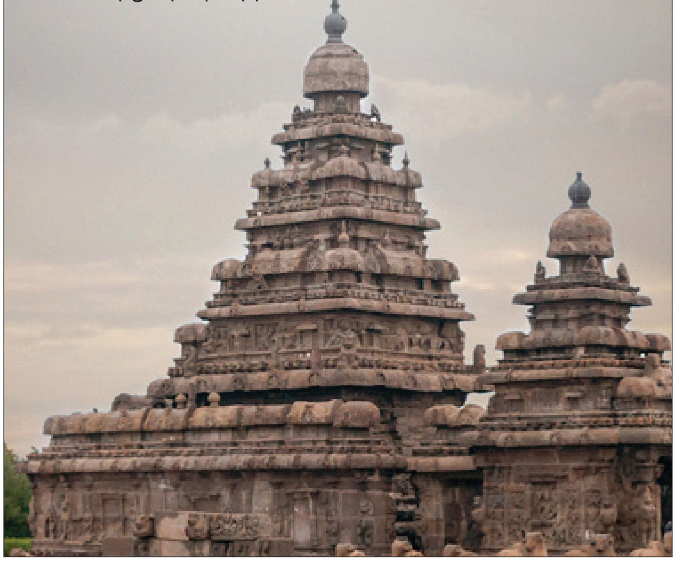
மேலும் இராமேஸ்வரம் இராமநாதசுவாமி ஆலயம், திருச்சி உச்சிப்பிள்ளையார் கோவில், திருவரங்கம் அரங்கநாத சுவாமி ஆலயம், திருவில்லிப்புத்தூர் ஆலயம், திருவானைக்காவல், புனித ஜோசப் தேவாலயம், நாதிர்ஷா தர்க்கா, பழனிமலை முருகன் கோவில், குன்றக்குடி முருகன் கோவில், பிள்ளையார்பட்டி, வேளாங்கன்னி மாதா தேவாலயம், நாகூர் தர்க்கா, வைத்தீஸ்வரன் கோவில், திருக்கடையூர் அபிராமி அம்மன் ஆலயம், திருவாரூர் தியாகேசுவரர் ஆலயம், தேனி கோட்டை மாரியம்மன் கோவில், திருநெல்வேலி நெல்லையப்பர் ஆலயம், டிரினிடி கதீட்ரல் தேவாலயம், ஆத்தங்கரை பள்ளிவாசல், திருச்செந்தூர் செந்திலாண்டவர் கோவில், மணப்பாடு தேவாலயம், கன்னியாகுமரி அம்மன் ஆலயம், பீர்முகமது தர்க்கா போன்ற எண்ணற்ற ஆன்மீகத் தலங்கள் தமிழகத்தில் நிறைந்துள்ளன.

உங்களது எதிர்காலத்தின் குரல்... உங்கள் வாக்கு!

வரலாற்று கால சிறப்பிடங்கள்

தொன்மைப் புகழ் பெற்ற தமிழகத்தில் வரலாற்று தொடர்புடைய ஏராளமான இடங்கள் உள்ளன. கோட்டைகள், அரண்மனைகள், புகழ் பெற்ற கட்டிடங்கள், துறைமுகங்கள் என வரலாற்றில் இடம் பெற்றுள்ள இடங்களை காண வெளிநாட்டவரும் வருகின்றனர்.

சென்னை புனித ஜார்ஜ் கோட்டை, ரிப்பன் பில்டிங், மாமல்லபுரம் கடற்கரைக் கோவில்கள், வேலூர் கோட்டை, தஞ்சை அரண்மனை, பூம்புகார், மதுரை திருமலை நாயக்கர் மகால், செஞ்சிக் கோட்டை, தருமபுரி அதியமான் கோட்டை, கிருஷ்ணகிரி கோட்டை, சங்ககிரிக் கோட்டை, நாமக்கல் மலைக்கோட்டை, பெரம்பலூர் ரஞ்சன்குடி கோட்டை, திருச்சி மலைக்கோட்டை, சிவகங்கை நகராத்தார் மக்களின் அழகிய மாளிகைகள், வீரபாண்டிய கட்டபொம்மன் கோட்டை, கன்னியாகுமரி பத்மநாபபுரம் அரண் மனை, உதயகிரிக் கோட்டை, வட்டக்கோட்டை போன்றவை உட்பட வரலாற்று சிறப்பு பெற்ற இடங்கள் ஏராளமாக உள்ளன.



தேசியப் பூங்கா, அரியலூர் கரைவெட்டி பறவைகள் சரணாலயம், திருநெல்வேலி கூந்தன் குளம் பறவைகள் சரணாலயம், முண்டந்துறை, களக்காடு விலங்குகள் சரணாலயம் ஆகியவை சுற்றுலாப் பயணிகள் அதிகம் சென்று பார்க்க வேண்டிய இடங்களாகும்.

மேற்கண்டவைகள் மட்டுமின்றி சென்னை வள்ளுவர் கோட்டம், கலங்கரை விளக்கம், கலாசேத்ரா நாட்டியப்பள்ளி, அடையாறு தியாசாபிகல் சொசைட்டி, மாமல்லபுரம் பஞ்சபாண்டவர் ரதங்கள், புலிக்குகை, முட்டுக்காடு படகு குழாம், குமரிக் கடல்

> **தொன்மைப் புகழ் பெற்ற தமிழகத்தில் வரலாற்று தொடர்புடைய இடங்கள் ஏராளமாக உள்ளன.**

நடுவே அமைந்துள்ள விவேகானந்தர் மண்டபம், வான்புகழ் வள்ளுவர் சிலை, மாத்தூர் தொட்டிப்பாலம், சாத்தனூர் அணை, திருச்சி கல்லணை, முக்கொம்பு, கொள்ளிடம், மேட்டூர் அணை, புதுக்கோட்டை குடுமியான் மலை கல்வெட்டுகள், நீலகிரி மலை ரயில், சிம்ஸ் பூங்கா, பெரம்பலூர் சோழகங்கம் ஏரி, இராமேஸ்வரம் பாம்பன் பாலம், அக்கினி தீர்த்தம், மதுரை வைகை அணை, வண்டியூர் தெப்பக்குளம், கொடைக்கானல் தூண் பாறைகள், பள்ளத்தாக்குகள், தேனி முல்லைப் பெரியாறு அணை, வைகை மற்றும் பேச்சிப்பாறை நீர்தேக்கங்கள், திருவள்ளூர் செம்பரப்பாக்கம், பழவேற்காடு, புழல் நீர்த்தேக்கம், நெல்லை மணிமுத்தாறு அணை, கிருஷ்ணபுரம் ஆலயம், தாரமங்கலம் ஆலயம், போன்ற இடங்கள் அனைத்தும் சுற்றுலாப் பயணிகளின் சொர்க்கமாக தமிழகத்தை உருவாக்கி வைத்துள்ளன.

எனவே வாசகர்களே கோடை விடுமுறையைக் கொண்டாடும் வண்ணம் குடும்பத்தினருடன் சுற்றுலாச் சென்று, வரலாற்று புகழ் பெற்ற இடங்களையும், மலைவாழிடங்களையும், ஆன்மீக ஆலயங்களையும், அருவிகளையும், காடுகளையும் கண்டு மகிழ்ந்திடுங்கள். புத்துணர்வு பெற்றிடுங்கள். ■

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் உறுப்பினர்கள்

தங்கள் பகுதியில் உள்ள கடற்கரை, ஆறு, மலை, அருவி, மைதானங்கள், கோவில்கள், தேவாலயங்கள், தர்க்கா, வரலாற்று சின்னங்கள், வணிகத் தலங்கள், தொழில்கள் குறித்த விபரங்களை தக்க புகைப்படங்களுடன் அனுப்பி வைத்தால் அவைகள் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும்.

மனதில் உறுதி வேண்டும்! மனசாட்சிப்படி வாக்களிக்க வேண்டும்!

வங்கி சேவையும்

வளமான வாழ்வும்

வங்கி சேவையாளராக சுய உதவிக் குழு மகளிரும் சாதனை படைத்து வருகின்றனர்

சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு கடனுதவி வழங்கி அவர்களின் வாழ்வில் வளம் பெறச் செய்து வரும் மகத்தான பணியினை வங்கிகள் மேற்கொண்டுள்ளன. கிராமப்புற மக்களுக்கும் வங்கிச் சேவை சென்றடைய வேண்டும் என்ற நோக்கில், வங்கிச் சேவையாளர்களாக சுய உதவிக் குழு மகளிரும் இன்று திறம்பட செயலாற்றி வருகின்றனர். வங்கி சேவையாளராக உள்ள திருமதி விமலா, முற்றம் வாசகர்களுடன் தனது கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொள்கிறார்.

காஞ்சிபுரம் மாவட்டம், குன்றத்தூர் ஒன்றியம், தண்டலம் ஊராட்சியில் வசித்து வரும் நான், மிகவும் ஏழை குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவள். எங்கள் பகுதியில் செயல்படும் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கத்தின் செயலாளராக கிராம சபாவில் என்னை தேர்ந்தெடுத்தனர்.

புதுவாழ்வு திட்டத்தில் இணைந்த பின்னர்...

கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்க செயலாளராக செயல்பட ஆரம்பித்த எனக்கு, சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு பயிற்றுநராக பணிபுரிய வாய்ப்பு கிடைத்தது. இதன் மூலம் எனக்கு வருவாய் கிடைத்ததால் எனது குடும்பத்தின் வறுமையும் குறைய ஆரம்பித்தது.

கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்க செயலாளராக உங்களின் செயல்பாடுகள்...

எங்கள் பகுதியில் உள்ள 212 இலக்கு மக்கள் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களுக்கு தொழிற்பயிற்சி வழங்கி, அவர்களுக்கு ஓட்டுனர் உரிமம், சான்றிதழ் போன்றவை கிடைக்க என்னால் ஆன உதவிகளை செய்தேன். இதனால் எங்கள் பகுதியில் வசிக்கும் அனைவருக்கும் நான் அறிமுகம் ஆனேன்.

வங்கி சேவையாளராக வாய்ப்பு கிடைத்தது எப்படி?

எங்கள் பகுதி மக்களுக்கு வங்கி போன்ற இடங்களுக்கு செல்வதில் தயக்கம் இருந்தது. இந்நிலையில் என்னை பரோடா வங்கியின் வங்கி சேவையாளராக நியமனம் செய்தனர். நான் இப்பகுதி மக்களுக்கு அறிமுகமான நபர் என்பதால் வங்கி குறித்த பல்வேறு விபரங்களை எங்கள் பகுதி மக்களுக்கு எடுத்துச் சொல்ல ஆரம்பித்தேன். படிப்படியாக எங்கள் பகுதி மக்களை வங்கி கணக்கு துவக்க செய்தேன்.

> எங்கள் பகுதி மக்களுக்கு வங்கி போன்ற இடங்களுக்கு செல்வதில் தயக்கம் இருந்தது. இந்நிலையில் என்னை பரோடா வங்கியின் வங்கி சேவையாளராக நியமனம் செய்தனர்.

வங்கி சேவையாளராக நீங்கள் அடைந்த வெற்றி...

தற்போது எங்கள் பகுதியில் வசிக்கும் மக்களுக்கு, முதியோர் உதவித் தொகை, மகாத்மா காந்தி தேசிய ஊரக வேலைவாய்ப்பு திட்டப் பணியாளர்களுக்கு ஊதியம், கர்ப்பிணிகளுக்கு உதவித் தொகை, ஓய்வூதியம் மற்றும் கல்வி உதவித் தொகை போன்றவற்றை நானே பெற்றுத் தருகிறேன். தற்போது இரண்டு ஊராட்சிகளிலும் சேர்ந்து சுமார் 600 நபர்களுக்கு வங்கிக் கணக்கு துவக்கித் தந்துள்ளேன்.

புதுவாழ்வுத் திட்டம் குறித்து...

ஏழ்மையின் பிடியில் இருந்த என்னை மீட்டு வளமான வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டி, வங்கி சேவையாளர் என்ற பணியினை வழங்கி, எனக்கு புதிய வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொடுத்தது புதுவாழ்வுத் திட்டம்தான். எனவே புதுவாழ்வு திட்டம் மற்றும் கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்கம் ஆகியவற்றுக்கு எனது உளமார்ந்த நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். எனது பணியிலும் நான் சிறப்பாக செயல்படுவேன் என்பதை மகிழ்ச்சியுடன் கூறிக் கொள்கிறேன். ■

வாக்காளர் என்பதில் பெருமைப்படுங்கள்!

(சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி) பகுதி - 3

பத்மா வெங்கடேசன்,
மேலாளர், இந்தியன் வங்கி

பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்காக வங்கிகள்...

சென்ற இதழில் வங்கியில் சேமிப்பு கணக்கு துவங்குவது எப்படி என்று அறிந்து கொண்டோம். சேமிப்பு கணக்கை ஒரு தனி நபரோ அல்லது ஒரு குழுவோ துவங்கலாம். அவ்வப்போது கிடைக்கும் பணத்தை வங்கியில் செலுத்திக் கொள்ளலாம்.

தொடர் வைப்பு கணக்கு (RD)

மாதா மாதம் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை நாம் செலுத்த வேண்டும்என்றால்அதற்காகவேஏற்படுத்தப்பட்டதுதான் தொடர் வைப்பு கணக்கு. இதில் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை ஒவ்வொரு மாதமும் செலுத்தினால் கணக்கு முடியும் காலத்தில் வட்டியுடன் கூடிய கணிச மான தொகை நம் கைக்கு கிடைக்கும். இதற்கு மிக குறைந்தபட்ச தொகையாக ரூ. 5/- கொண்டு கணக்கு துவங்கலாம். கால வரையறை ஆறு முதல் 10 ஆண்டுகள் வரை. இதில் சேரும் வட்டி மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு முறை நம் கணக்கில் சேரும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இந்த கணக்கில் கடனும் பெற்றுக் கொள்ளலாம். குறிப்பிட்ட கால வரையறை முடியும் முன்னரே கூட இந்த கணக்கை நாம் முடித்துக் கொள்ளலாம் ஒரு வேளை உங்களுக்கு குறிப்பிட்ட தொகை செலுத்த முடியாத பட்சத்தில் மாறுபட்ட தொடர் வைப்புக் கணக்கு (VRD) துவங்கலாம்.

மாறுபட்ட தொடர் வைப்புக் கணக்கு (VRD)

மாறுபட்ட தொடர் வைப்புக் கணக்கு துவங்க ரூ. 25/- அல்லது அதன் கூட்டுத் தொகையாக செலுத்தி துவங்கலாம். அதிகபட்சமாக ஒரு லட்சம் வரை செலுத்தி கணக்கை துவங்கலாம். ஒரு மாதத்தில் அதிகபட்சமாக ரூ. 10 லட்சம் வரை செலுத்தலாம். இந்த கணக்கை ஒரு ஆண்டிலிருந்து 10 ஆண்டுகள் வரை நிர்ணயிக்கலாம். இதன் வட்டியும் மூன்று மாதத்திற்கு ஒருமுறை நம் கணக்கில் வரவு வைக்கப்படும். தவணை செலுத்த தாமதம் ஆனால் எந்த அபராதமும் கிடையாது.

இந்த கணக்கில் கடனும் பெற்றுக் கொள்ளலாம். தவணைக் காலம் முடியும் முன்பே கூட இந்த கணக்கை நிறைவு செய்து கொள்ளலாம். இந்த திட்டம் சேமிக்கும் பழக்கத்தை சீராக்குவதோடு நமது பணப் புழக்கத்திற்கு ஏற்றார் போல் மாறுதல் செய்ய முடிவதால் அனைவருக்கும் மிகவும் வசதி யான ஒன்றாகும். இந்த கணக்குக்கு வரி விலக்கும் உண்டு. என்ன கணக்கு துவங்க இன்றே வங்கிக்கு வருகிறீர்களா? ▪

மேலும் விபரங்களுக்கு இந்தியன் வங்கி,
கார்ப்பரேட் அலுவலகத்தை அணுகவும் போன்: 2813 4457

(தொடரும்)

இங்கிலீஷ்ல பேசலாம் ஈஸியா...

2000 ஆங்கில வார்த்தைகள் தெரிந்து கொள்வோம்

பகுதி - 12

அன்பு வாசகர்களே, நாம் தினமும் பயன்படுத்தும் வார்த்தைகள் ஆங்கிலத்தில் எவ்வாறு அழைக்கப்படுகிறது என்பதை அறிந்து கொள்வோம் வாருங்கள்.

கணக்கு	Account-அக்கவுண்ட்
சராசரி	Avaerage-ஆவரேஜ்
சாம்பல்	Ash-ஆஷ்
அழைப்பு	Call-கால்
வேகம்	Fast-ஃபாஸ்ட்
விளையாட்டு	Game-கேம்
தொப்பி	Hat-ஹேட்
ஜாடி	Jar-ஜார்
விளக்கு	Lamp-லேம்ப்
வரைபடம்	Map-மேப்

பொருளாதாரம்	Economics-எக்னாமிக்ஸ்
மணி	Bell-பெல்
அறை	Cell-செல்
உதவி	Help-ஹெல்ப்
பேனா	Pen- பென்
வாடகை	Rent- ரென்ட்
வட்டி	Interest- இன்ட்ரஸ்ட்
சொந்த ஊர்	Native-நேட்டிவ்
இரசீது	Bill-பில்
பேனா முள்	Nip-நிப்

(தொடரும்)

சித்திரை தமிழ்ப் புத்தாண்டு

தமிழர் காலக்கணிப்பு முறையின்படி ஒரு ஆண்டுக்குரிய பன்னிரண்டு மாதங்களில் சித்திரை முதலாவது மாதமாகும். சூரியனுடைய இயக்கத்தை அடிப்படையாக வைத்தே தமிழ் மாதங்கள் கணிக்கப்படுவதால், இம்மாதங்கள் சூரிய மாதங்கள் எனப்படுகின்றன. இராசிச் சக்கரத்தில் மேஷ இராசிக்குள் சூரியன் நுழைவது முதல் அந்த இராசியை விட்டு வெளியேறும் வரையில் உள்ள காலம் சித்திரை மாதமாகும்.

ஆங்கில மாதமான ஏப்ரல் மாதம் 14ஆம் நாள் முதல் மே மாதம் 14ஆம் நாள் வரை உள்ள நாட்களைக் கொண்டது தமிழ் சித்திரை மாதம். சூரியன் மேஷ இராசிக்குள் நுழையும் முதல் நாள் சித்திரை மாதப் பிறப்பு. அத்துடன் சித்திரை முதல் மாதம் என்பதால் இதுவே புதிய ஆண்டின் தொடக்கமும் ஆகும். சித்திரை முதல் நாளைத் தமிழர்கள் தமிழ் புத்தாண்டாகக் கொண்டாடுகின்றனர்.

சித்திரை மாதம் பிறந்ததுமே தமிழகத்தில் 'இளவேனில் காலம்' எனும் வசந்த காலம் தொடங்குகிறது. தேங்காய், மா, பலா, வாழை போன்றவை செழித்துக் கொழிக்கும் காலமாக இது உள்ளது. மனித வாழ்வு இனிப்பும் கசப்பும் கலந்தே இருக்கும் என்பதை எடுத்துக் காட்டுவதைப் போல, தமிழகத்தில் மாமரங்களில் தளிர்களும், மலர்களும் பூத்துக் குலுங்கும். அதேபோல் வேப்ப மரங்களில் பூக்கள் பூத்துக் குலுங்கும். சித்திரை மாதத்தில் பல்வேறு பழ வகைகளும் எங்கும் எளிதில் கிடைக்கும்.

தமிழகத்து மக்கள் சித்திரை முதல் நாளை ஒரு முக்கியமான நாளாகக் கருதி கொண்டாடுகின்றனர். இனிப்பு, கசப்பு, உவர்ப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு என அறுசுவை கொண்ட உணவு வகைகளை சமைத்து உண்பர். அன்றைய தினம் சமையலில் வேப்பம் பூ பச்சடியும், மாங்காய்ப் பச்சடியும் அவசியம் இருக்கும். உணவை விருந்தினருடன் உண்டு மகிழ்ந்தால் அந்த ஆண்டு முழுவதுமே மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் என்பது அனைவரின் நம்பிக்கையுமாகும்.

தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு முற்றம் இதழ் வாசகர்கள் அனைவருக்கும் தமிழ் புத்தாண்டு வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறது. ■

கால்நடை நலம்...!

நலம் காண ஆவல்...!!

பசுந்தீவனங்களின் பயன்கள்

பசுந்தீவனங்கள் ருசியுள்ளவை.

எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடியவை

மலச்சிக்கலை தவிர்க்கிறது

கருத்தரிப்பதற்கு தேவையான முக்கிய சத்துக்கள் உள்ளன

தீவன அளவு

பசு, எருமைகளுக்கு தினசரி 15 முதல் 20 கிலோ வரை பசுந்தீவனம் அளித்தால், நிறைய பாலும், வருடம் ஒரு கன்றும் பெறலாம்.

புதுமை புற்கள்

கோ–3, கோ–4

உங்கள் பகுதியில் உள்ள கால்நடை மருத்துவரை அணுகினால், கோ–3 மற்றும் கோ–4 என்ற பசுந்தீவன் புற்கரணைகளை மானிய விலையில் பெறலாம்.

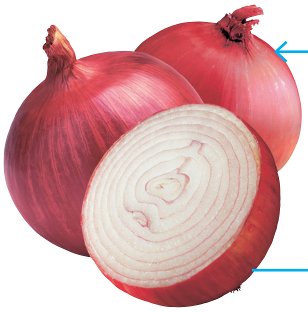
டாக்டர். P. துரைராசன்,
கால்நடை மருத்துவர்,
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்,
சென்னை.

வாக்களித்து ஜனநாயகத்தை வலிமைப்படுத்துங்கள்!

கோடைக்காலம் வந்தாலே பல்வேறு உடல்நலக் குறைகள் ஏற்படும். உண்ணும் உணவு, அணியும் ஆடை, வசிக்கும் வீடு என அனைத்துமே கோடைக்காலத்தில் சிரமத்தை ஏற்படுத்தும். எனவே கோடை காலத்தை சமாளிக்க சில குறிப்புகளை இங்கே தந்துள்ளோம். கோடைக்காலத்தில் நீர்ச்சத்து அதிக அளவில் தேவைப்படும். காய்கள் மற்றும் பழங்களில் நீர்ச்சத்து அதிகம் காணப்படுகிறது. எனவே காய்கறிகளையும், பழங்களையும் கோடைக்காலத்தில் எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு அதிகமாக உட்கொள்கிறோமோ அந்த அளவுக்கு உடல் நலத்திற்கு நல்லது.

வெள்ளரி

வியர்வையின் மூலம் உடம்பிலிருந்து அதிக அளவில் தண்ணீர் வெளியேறும்போது உடம்பில் தாது உப்புகளின் சமநிலையைக் காக்க வெள்ளரி உதவுகிறது. வெள்ளரியின் தோலில் அதிகமாக உள்ள ‘ஸ்டீரால்’ கொழுப்பைக் கட்டுப்படுத்தக் கூடியது. எனவே வெள்ளரியைக் கழுவி விட்டு தோலைச் சீவாமலேயே சாப்பிடலாம்.

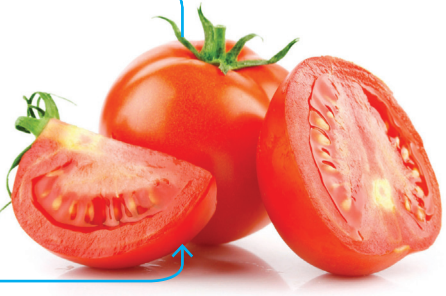


வெங்காயம்

கோடை வெயிலில் சிறிது தூரம் நடந்தாலே வியர்த்துக் கொட்டிவிடும். அதனால் உடலில் அரிப்பு ஏற்படும். வெங்காயத்தை உணவில் அதிக அளவில் சேர்த்துக் கொண்டால் அதில் உள்ள ‘குவர்சடின்’ என்ற வேதிப் பொருள் உடல் அரிப்பைத் தடுக்கும்.

தக்காளி

அதிக தண்ணீர் சத்து நிறைந்த காய்கறிகளில் ஒன்றான தக்காளி, புற்றுநோய் உள்ளிட்ட பல உடல் நலக் குறைபாடுகளுக்குத் தடை போடக் கூடியது. தக்காளிக்கு அதன் தனிச்சிறப்பான சிவப்பு நிறத்தைத் தரும் ‘லைக்கோபீனி’ என்ற வேதிப்பொருள், வெயில் காலத்தில் நமது சருமம் வெயிலால் பாதிக்கப்படாமல் காக்கிறது.



தண்ணீர்

தண்ணீரின் தலையாய வேலையே வெப்பத்தை / வெப்பத் தாக்குதலை, தன்னுடன் உள்ள தாதுப் பொருட்களைக் கொண்டு தவறாமல் காப்பதுதான். தினசரி கோடையில் குறைந்தது 3–4 லிட்டர் வரை தண்ணீர் அருந்த வேண்டும். ஒரே நேரத்தில் நிறைய தண்ணீர் அருந்துவதற்குப் பதிலாக, சிறிது சிறிதாகத் தொடர்ந்து அருந்தலாம்.

தர்ப்பூசணி

வெயில் நேரத்தில் சாதாரண தண்ணீருக்குப் பதிலாகத் துண்டு போடப்பட்ட, சாறு நிறைந்த தர்ப்பூசணியை சாப்பிடலாம். தண்ணீர்ச் சத்து நிறைந்த, கலோரி குறைந்த தர்ப்பூசணி, வெயில் காலத்தைச் சமாளிக்க ஏற்ற ஒன்று.

கோடையில் குளியல்

ஒரு நாளைக்கு காலை, மாலை அல்லது இரவு வேலைக்குத் தகுந்தாற்போல குளிக்கலாம். வியர்வை நாற்றம் போகும். ஒரு நாளைக்கு மேல் ஒரு உடையைப் பயன்படுத்தக் கூடாது. கோடையில் உடையால் தொற்று நோய்கள் பரவும். சொறி, சிரங்கு, அம்மை, அக்கி போன்ற தொற்றுகள் தாக்கும். குடும்பத்தில் உள்ளவர்களுக்கு தனித்தனி சோப்புகள், ஷாம்புகள், சீப்புகள், துண்டுகள், கைக்குட்டைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். தன் சுகாதாரம், பொது சுகாதாரம் பராமரிக்க வேண்டும். இதனால் நோய் வரும் முன்னர் காக்கவும், வந்த பின்னர் போக்கவும், பிறருக்கு குறிப்பாகக் குழந்தைகளுக்குத் தொற்றலாமலும் காக்கலாம்.

இளநீர்

கோடைக்காலங்களில் உப்புச் சத்தும், நீர்ச்சத்தும், இன்னபிற பொதுவான சத்துக்களும் உடலில் இருந்து வியர்வை மூலமாக வெளியேறி விடுவதால், உடல் வெளிறிவிடும், மயக்கம், நாடித்துடிப்பு தளர்வு போன்றவை ஏற்படும். இளநீரில் இருக்கின்ற உப்புச் சத்து, நம் உடலில் வெப்ப நிலையை சமச்சீராகப் பாதுகாப்பதோடு மட்டுமின்றி, உடலின் வெப்பநிலையை உள்வாங்கி, சரிவர வெளியே தள்ளுகிறது.

கோடைக் காலம்

சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டிய உணவுகள்

அகத்திக் கீரை, தண்டுக் கீரை, முருங்கை, மணத்தக்காளி, நூல்கோல், முள்ளங்கி, நீர்ப்பூசணி, முட்டைகோஸ், வாழைத்தண்டு, பீன்ஸ், கத்தரி, வெண்டை, புடலங்காய், பீர்க்கங்காய், வெள்ளரிக்காய், தக்காளி, பாகற்காய், வெங்காயம் போன்றவற்றை உணவில் நிறைய சேர்க்கலாம். பருப்பு வகைகளில் உளுந்து, பாசிப்பருப்பு, துவரம்பருப்பு, வறுத்த கடலை, புழுங்கல் அரிசி, கோதுமை, ராகி ஆகியவற்றை நிறைய சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

கோடைக்காலத்தில் சாப்பிடக் கூடிய உணவுகள்

நிறைய கீரைகள், காய்கறிகள், பழங்கள் ஆகியவற்றை முடிந்தளவு சேர்த்துக் கொள்ளலாம். கோடையில் சைவ உணவுகளே உகந்தது. அசைவ உணவாக இருப்பின், கடல் உணவுகள் விரைவில் செரித்து விடக் கூடிய தன்மை வாய்ந்தவை. குளிர்ச்சியான உணவுகளில் கீரைகளும், பழங்களும் முதல் இடத்தைப் பெறுகின்றன.

நுங்கு

நீர்ச்சத்து அதிகமாக இருக்கும் இள நுங்கு, வெயில் காலங்களில் ஏற்படும் வயிற்றுக் கோளாறுகளைப் போக்கும் அருமருந்தாகும். அல்சர், மூலம், குடற்புண் போன்ற வெப்ப நோய்களில் பாதிக்கப்பட்டுள்ளவர்கள் நுங்கை சாப்பிட்டு வந்தால் மேற்கண்ட நோய்கள் நீங்கும்.

கோடையில் உறக்கம்

கோடையில் உடம்பின் நீர்ச்சத்து கணிச மாகக் குறைந்து விடுவதால், உடம்பு அடிக்கடி களைப்படையக் கூடும். இரவில் ஆழ்ந்த உறக்கம் வரும். ஆனால் கடுமையான புழுக்கம் மற்றும் வியர்வையின் காரண மாக தூக்கம் தடைபடலாம். உறங்குகின்ற இடமே உஷ்ணமாகலாம். இதனைத் தவிர்க்க, நல்ல காற்றோட்டமுள்ள இடங்களில் உறங்க வேண்டும். இறுக்கமான உடைகளைத் தவிர்த்து, தளர்வான உடைகளை அணியலாம்.

கோடைக்கு உகந்த உடைகள்

ஆள் பாதி, ஆடை பாதி என்பது போல, கோடையில் அரைக்கை, பருத்தி சட்டை போட்டுக் கொள்ளலாம். காட்டன் ஆடைகளையும் உள்ளாடைகளையும் பயன்படுத்தலாம். பாலியஸ்டர், நைலான் போன்ற ஆடைகளை தவிர்த்தல் நலம். கடும் கோடையில் வியர்வையை உறிஞ்சக் கூடிய பருத்தி ஆடைகளே மற்ற எல்லாவற்றையும் விட உகந்ததாகக் கருதப்படுகிறது.

அறவே தவிர்க்க வேண்டியவை

கோடையில் அதிக எண்ணெய், காரம், மசாலா, அதிகம் வறுத்தது, உப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு, கொழுப்பு முதலியவற்றை முழுமை யாகத் தவிர்க்க வேண்டும். ஆவியில் வெந்த உணவுகளை சாப்பிடலாம். எண்ணெயில் வறுத்த பொறித்த உணவுகளைத் தவிர்க்கவும்.

வாழைப்பழம்

கோடை காலத்திற்கு ஏற்ற பழம் என வாழைப் பழத்தை சொல்வார்கள். வாழைப்பழத்தை சாப்பிட்டு வருவது கோடைகாலத்தில் உடல் நலத்திற்கு ஏற்றது

பொறுப்புள்ள குடிமகனின் அடையாளம் !

தொழில் முனைவோர்களாக சாதனை படைத்து வரும் சுய உதவிக் குழு மகளிர்

வழிகாட்டிய மாவட்ட ஆட்சியர்

வாய்ப்பு தந்த மகளிர் திட்டம்...

திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்டம், முசிறி நகரப் பகுதியில் செயல்படும் சங்கமம் மகளிர் சுய உதவிக் குழு 12 உறுப்பினர்களைக் கொண்டு செயல்பட்டு வருகிறது. இக்குழுவின் உறுப்பினர்கள் அனைவரும் மிகவும் வறுமையான குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். தங்களின் வாழ்வாதாரத்தை மேம்படுத்த சானிடரி நாப்கின் தயாரிக்கும் தொழிலை செய்யலாம் என்று தீர்மானித்தனர்.

இக்குழுவின் உறுப்பினரான திருமதி வள்ளி கூறும்போது, ‘சானிடரி நாப்கின் தயாரிக்கும் பயிற்சி பெற்ற நான், குழுவில் உள்ள உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும் நாப்கின் தயாரிப்பது குறித்த பயிற்சியினை அளித்தேன். ஆரம்பத்தில் இயந்திரம் இல்லாமல் கையினால் குறைவான எண்ணிக்கையில் நாப்கின் தயாரித்து விற்பனை செய்தோம். இதன் பிறகு TIIC, கரூர் நிறுவனத்தின் வாயிலாக நாப்கின் தயாரிக்கும் இயந்திரம் மற்றும் மூலப்பொருட்களை ரூ. 2,02,000/- மதிப்பில் பெற்று தொழில் செய்து வந்தோம். அதிக அளவில் உற்பத்தி செய்தாலும் விற்பனை செய்வது கடினமாக இருந்தது. எங்களின் உற்பத்திப் பொருட்களை விற்பனை செய்து தருகிறோம் என்று இரண்டு ஏஜென்சிகள் எங்களை ஏமாற்றி விட்டன. இதனால் நாங்கள் தயாரித்த பொருட்கள் தேங்கும் நிலை ஏற்பட்டது.

மகளிர் கல்லூரிகள், மருத்துவமனைகள் போன்ற இடங்களுக்கு நாங்களே நேரடியாகச் சென்று விற்பனை செய்தோம். ஆனாலும் போதிய அளவில் விற்பனை செய்ய முடியவில்லை. வருவாய் குறைந்ததால், தொடர்ந்து தொழில் செய்ய முடியாத நிலை ஏற்பட்டது. வாங்கிய கடனையும் திரும்பச் செலுத்த முடியவில்லை. இருப்பினும் விடாமுயற்சியுடன், திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்ட ஆட்சியர் அவர்களை சந்தித்து, எங்களுக்கு வாய்ப்புகள் தருமாறு விண்ணப்பித்தோம்.

மாவட்ட ஆட்சியர் அவர்கள், மகளிர் திட்டத்தின் மூலமாக எங்களுக்கு தேவையான உதவிகள் செய்ய ஆலோசனைகளை வழங்கினார். மேலும் அரசாங்கத்தால் வழங்கப்படும் இலவச நாப்கின் வழங்கும் திட்டத்தில் வாய்ப்பு அளிக்கலாம் என்றும் கூறினார். மாவட்ட ஆட்சியர் அவர்களின் அறிவுரைப்படி, உடனடியாக TIIC, கரூர் அலுவலகத்தை தொடர்பு கொண்டு, கடனை திரும்ப செலுத்துவதற்கு கால அவகாசத்தை நீட்டித்து தரும்படி கேட்டு அனுமதி பெறப்பட்டது. மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்திப் பொருட்களுக்கு சந்தை வாய்ப்பை ஏற்படுத்தும் நோக்கில் மகளிர் திட்டம் மூலம் நடத்தப்படும் கல்லூரி சந்தைகளில் நாங்கள் தயாரிக்கும் நாப்கின்களை விற்பனை செய்ய வாய்ப்பு தந்தனர்.

மகளிர் கல்லூரிகள் மற்றும் அரசு மருத்துவமனைகளில் எங்கள் தயாரிப்புகளை வாங்குவதாக சொல்லி உள்ளனர். மேலும் மகளிர் திட்டத்தின் இலவச நாப்கின் வழங்கும் திட்டத்தில் எங்களுக்கு வாய்ப்பு வழங்கப்படும் என்று எதிர்பார்க்கிறோம். இந்த வாய்ப்பு கிடைக்கும் பட்சத்தில் எங்களின் கனவுகள் சாதனையாக மாறும்’ என்று சொன்ன திருமதி வள்ளி, நாம் கேட்ட வினாக்களுக்கும் பதிலளித்தார்.

> மகளிர் திட்டத்தின் வாயிலாக மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்திப் பொருட்களுக்கு சந்தை வாய்ப்பை ஏற்படுத்தும் நோக்கில் நடத்தப்படும் கல்லூரி சந்தைகள் மற்றும் விற்பனைக் கண்காட்சிகளில் நாங்கள் தயாரிக்கும் நாப்கின்களை விற்பனை செய்ய வாய்ப்பு தந்தனர்.

நாப்கின் தொழிலை எப்படி தேர்வு செய்தீர்கள்?

கிராமத்தில் உள்ள பெண்கள் நாப்கின் பயன்படுத்தும் விழிப்புணர்வு இன்றி உள்ளனர். இதனால் பலவித சுகாதார பிரச்சனைகளையும் சந்தித்து வருகிறார்கள். எனவே கிராமத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் விழிப்புணர்வு அளித்து, அவர்களை நாப்கின் பயன்படுத்தச் செய்வதின் மூலம் மாற்றத்தைக் கொண்டு கொண்டு வரலாம் என்ற எண்ணத்துடன் இந்த தொழிலை தேர்வு செய்தோம்.

நாப்கின் தொழில் உள்ள சவால்கள் என்னென்ன?

பன்னாட்டு நிறுவனங்களின் உற்பத்திப் பொருட்களுக்கு இணையான தரத்துடன் தயாரித்து, குறைந்தபட்ச சில்லறை விலை நிர்ணயத்து

விற்பனை செய்வது பெரும் சவாலாக உள்ளது. தமிழ்நாட்டிலுள்ள அனைத்து மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களும் உற்பத்தி செய்யும் நாப்கின்களையும் ஒரே பெயருடன் (Brand Name) சந்தைப்படுத்தினால் விற்பனை செய்வது எளிதாக இருக்கும். மேலும் அனைத்து விதமான கச்சாப் பொருட்களையும் சேகரிப்பது கடினமாக உள்ளது.

உங்களின் எதிர்காலத் திட்டம் என்ன?

மகளிர் திட்டத்தின் மூலம் அரசு இலவசமாக நாப்கின் வழங்கும் திட்டத்தில் இணைந்து செயல்படுவது; எங்கள் தயாரிப்பு பொருட் களின் விற்பனையை அதிகரிப்பதன் மூலம் வருமானத்தை பெருக்குவது; பெண்களும் தொழில் முனைவோர் ஆகலாம் என்பதை நிரூபித்து, இதர குழுக்களையும் ஊக்குவிப்பது; கிராமத்தில் வசிக்கும் பெண்களுக்கு நாப்கின் பயன்படுத்துவது குறித்த விழிப்புணர்வு அளிப்பது; சுகாதாரப் பிரச்சனைகளில் இருந்து அனைவரையும் விடுவிப்பது; நாப்கின் தொழில் செய்ய விரும்பும் அனைவருக்கும் இலவசப் பயிற்சி அளித்து, ஒத்தத் தொழில் குழுக்களாக மாற்றி தொழில் செய்ய வைப்பது ஆகியவைகளே எங்களின் லட்சியம்.

சங்கமம் மகளிர் சுய உதவிக் குழுவினரின் லட்சியம் வெற்றி பெற வாழ்த்துவோம். ■

ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகள்

ஓர் பார்வை

மகளிரைக் கொண்டு குழுக்கள் அமைத்து, சமூக பொருளாதார மேம்பாட்டின் மூலம் சுய சார்புத் தன்மை அடைய வகை செய்து, ஆற்றல்படுத்துவதே தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் முக்கிய குறிக்கோளாகும். அனைத்து மகளிரின் ஆற்றலையும், திறமையையும் ஒன்று திரட்டி, ஏழை எளிய மக்களின் வளர்ச்சிக்கு உறுதுணையாக இருக்கும் சுய உதவிக் குழு இயக்கத்தினை, நிலைத்த தன்மையடையச் செய்திட உருவாக்கப்பட்ட அமைப்பே “ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பாகும்”. சுருங்கக் கூறினால் “கிராம ஊராட்சியில் உள்ள அனைத்து தகுதி வாய்ந்த மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் கூட்டாக இணைந்து, உறுப்பினர் குழுக்களின் சமூகப், பொருளாதார ரீதியில் முன்னேற்றம் அடைய ஏற்படுத்தப்பட்ட அமைப்பே ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகளாகும்”.

ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு – ஏன்? எதற்காக?

1. அனைத்து மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களும் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பின் கீழ் ஒருங்கிணைக்கப்படுவதன் மூலம், தங்களுக்கு தாங்களே நிர்வகிக்கும் திறன் மேம்படுத்தப்பட்டு, சிறப்பாக செயல்படுவர்.
2. மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு ஆகியவற்றின் இடையே ஒற்றுமையும், நல்லிணக்கமும் ஏற்படும்.
3. தனிக்குழுவாக சாதிக்க முடியாத செயல்பாடுகளை, கூட்டாக ஒருங்கிணைந்து, அமைப்பு ரீதியாக செயல்படுவர்.
4. நலிவடைந்த குழுக்களை எளிதாக அடையாளம் கண்டு, அவற்றை தொடர்ந்து செயல்படத்தக்க வழிகாட்டுநராக விளங்குவர்.
5. ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பானது, ‘தமிழ்நாடு சங்கங்களின் பதிவுச் சட்டம் 1975 – பிரிவு 27ன்’ கீழ் பதிவு பெற்ற அமைப்பாக செயல்படுவதன் மூலம், சமூதாயத்தில் அங்கீகாரம் பெற்ற அமைப்பாகக் காணப்படும்.
6. குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்களை பற்றிய விழிப்புணர்வு வழங்கி, விற்பனை செய்திட, கூட்டமைப்பு இணைப்பு பாலமாகச் செயல்படும்.
7. ஜனநாயக முறைப்படி தேர்வு செய்யப்பட்ட நிர்வாகிகள் (தலைவர், செயலாளர், இணைச்செயலாளர், பொருளாளர்) வழிகாட்டுதலுடன் கூட்டமைப்பின் செயல்பாடுகளை வெளிப்படையாக செயல்படுத்தப்படும்.
8. ஏழை மகளிருக்கான, நலத் திட்டங்களை அறிந்து கொண்டு, அவை குறித்து மக்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்திட வழிவகை செய்தல்.
9. சமுதாயம் சார்ந்த அமைப்புகள் மற்றும் பிற நிறுவனங்களுடன் நல்லுறவு ஏற்படுத்தி, நிதி சார்ந்த / நிதி சாராத உதவிகளை எளிதாகப் பெற்று, உறுப்பினர் குழுக்கள் மேம்பாடு அடையச் செய்திட.
10. கூட்டமைப்பின் கீழ் மகளிர் அனைவரும் ஒருங்கிணைந்து செயல்படுவதன் மூலம், ஊரக ஏழை மக்களை சக்தி மிக்கவர்களாக்குதல். ■

(தொடரும்)

சொ. ஸ்ரீனிவாசன்,
திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர்,
தமிழ்நாடு மாநில அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனம்
மற்றும் தன்னார்வலர்களின் ஆதார மையம்

வாக்களிப்போம்! ஜனநாயகத்தை தழைக்கச் செய்வோம்!!

நம் மாவட்டம்

சிவகங்கை

வேலை வாய்ப்பு முகாம்

சிவகங்கை மாவட்ட மகளிர் திட்டம் மற்றும் புதுவாழ்வு திட்டம் மூலம் சிவகங்கை மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலக சமுதாயக் கூடத்தில் 17.02.2014 அன்று வேலைவாய்ப்பு முகாம் நடைபெற்றது. இம்முகாமில் 784 இளைஞர்கள் கலந்து கொண்டனர். 15க்கும் மேற்பட்ட நிறுவனங்கள் இந்த முகாமில் தங்கள் நிறுவனங்களுக்குத் தேவையான 257 நபர்களை தேர்ந்தெடுத்தனர். 313 இளைஞர்கள் காத்திருப்போர் பட்டியலில் வைக்கப்பட்டுள்ளனர். இளைஞர்களுக்கு தொழிற்பயிற்சி வழங்குவதற்காக 4 நிறுவனங்கள் கலந்து கொண்டு 122 இளைஞர்களுக்கு தொழிற் திறன் பயிற்சி வழங்க தேர்வு செய்துள்ளன. ■

திண்டுக்கல்

கல்லூரி சந்தை

தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பாக, திண்டுக்கல் ஜி.டி.என். கலைக் கல்லூரியில் நடைபெற்ற கல்லூரிச் கல்லூரிச் சந்தையின் நிறைவு விழாவில் மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. ந. வெங்கடாசலம், இ.ஆ.ப., திண்டுக்கல் மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை திட்ட இயக்குநர் திரு. மு.ச.பாண்டியராஜன், மாவட்ட மகளிர் திட்ட அலுவலர் திரு ஆ. பழனி, முதன்மை செயல் அலுவலர் அரிமா. டாக்டர். க. ரெத்தினம், ஜி.டி.என். கலைக்கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் நா.மார்க்கண்டேயன் ஆகியோர் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர். ■

கன்னியாகுமரி

கலாச்சாரப் போட்டிகள்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு பெண்களிடையே மறைந்து கிடக்கும் திறமைகளை வெளிக்கொணரும் வகையிலும், அவர்களுக்கிடையே ஒற்றுமை உணர்வினை ஏற்படுத்தும் நோக்கத்துடனும் ஆண்டுதோறும் கலாச்சாரப் போட்டிகள் நடத்தப்படுகின்றன. கன்னியாகுமரி மாவட்ட அளவிலான கலாச்சாரப் போட்டிகள் 15.02.2014 அன்று கோட்டார், கவிமணி தேசிக விநாயகம்பிள்ளை அரசு மகளிர் மேல்நிலைப்பள்ளியில் நடைபெற்றது. இப்போட்டிகளை மாவட்ட மகளிர் திட்ட அலுவலர் திருமதி. ஜ. வஹிதாபானு துவக்கி வைத்தார். குமரி மாவட்டத்திலுள்ள 9 ஊராட்சி ஒன்றியங்களிலிருந்து சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் கூட்டமைப்புகளின் உறுப்பினர்கள் கலாச்சாரப் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டு தங்களின் திறமைகளை வெளிப்படுத்தினர். கோலம் / ரங்கோலி, பட்டிமன்றம், குழுப்பாடல் மற்றும் தெரு நாடகம் ஆகிய போட்டிகளில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்கு மகளிர் திட்ட அலுவலர் பரிசுகளையும், சான்றிதழ்களையும் வழங்கினார். ■

கிருஷ்ணகிரி

வேலைவாய்ப்பு முகாம்

தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில் கிருஷ்ணகிரி அரசு மகளிர் கலைக்கல்லூரியில் நடைபெற்ற வேலைவாய்ப்பு முகாமில் 860 இளைஞர்கள் கலந்து கொண்டு வேலைவாய்ப்பு வேண்டி விண்ணப்பித்தனர். 25 தனியார் நிறுவனங்கள் கலந்து கொண்டு தங்களுக்குத் தேவையான நபர்களை தேர்வு செய்தனர். இம்முகாமில் 360 நபர்கள் வேலைவாய்ப்பு பெற்றுள்ளனர். தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்க மாவட்ட திட்ட இயக்குநர் திரு கோ. இராமையா, கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் பாஸ்கரன், மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்ட மேலாளர் திரு கோ. குமரன் மற்றும் உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் வேலைவாய்ப்பு பெற்றவர்களை வாழ்த்தினர். ■

காஞ்சிபுரம்

உலக மகளிர் தின விழா

காஞ்சிபுரம் மாவட்டம், காட்டாங்கொளத்தூர் ஒன்றியம், 71 செட்டிபுண்ணியம் ஊராட்சி டாகா நகர் பகுதியில் அறிவொளி நட்சத்திரம் மகளிர் சுய உதவிக் குழுவின் சார்பில் 'உலக மகளிர் தின விழா' 08.03.2014 அன்று நடைபெற்றது. அறிவொளி இயக்க காட்டாங்கொளத்தூர் ஒன்றிய திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் திருமதி. ஞானமேரி தலைமையில் நடைபெற்ற இவ்விழாவில் செட்டிபுண்ணியம் ஊராட்சி ஒன்றிய நடுநிலைப்பள்ளி தலைமையாசிரியர் திரு. ஜோசப் ஜோயி, சிங்கப்பெருமாள் கோவில் இ.சி.ஐ. ஸ்டான்லி டாம் பள்ளியின் தாளாளர் திருமதி. ஐவி பாக்கியசீலன் ஆகியோர் சிறப்பு விருந்தினர்களாகக் கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தனர். விழாவில் இருளர் பழங்குடி மக்கள் சுய உதவிக் குழுவின் பல்வேறு கலைநிகழ்ச்சிகள் நடைபெற்றன. அறிவொளி நட்சத்திரம் மகளிர் சுய உதவிக் குழுவின் செயலாளர் திருமதி செல்ல ஷீபா நன்றியுரையுடன் விழா இனிதே நிறைவுற்றது. ■

திருச்சிராப்பள்ளி

கால்நடை வளர்ப்பு

திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்டம், அந்தநல்லூர் ஊராட்சி ஒன்றியத்தைச் சார்ந்த முள்ளிக் கரும்பூர் ஊராட்சி அளவிலான குழுக் கூட்டமைப்பு மறுசீரமைக்கப்பட்டு, சங்கங்கள் பதிவுச் சட்டம் 1975 விதி 27ன் கீழ் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது. இக்கூட்டமைப்பில் உறுப்பினராக செயல்பட்டு வரும் தமயந்தி, தமிழ் சுடர், வெள்ளந்தாங்கி அம்மன் மற்றும் மணிப்புறா ஆகிய மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் கூட்டமைப்பின் மூலம் கடன் பெற்று கறவை மாடுகளை வாங்கி வளர்த்து வருகின்றனர். தற்போது பால் மற்றும் பால் பொருட்களை விற்பனை செய்வதின் மூலம் ஒவ்வொரு உறுப்பினரும் மாதந்தோறும் கணிசமான அளவில் வருவாய் பெற்று, தங்களின் வாழ்வாதாரத்தை வளமாக்கி வருகின்றனர். ■

ஈரோடு

இளைஞர் குழுவின் செயல்பாடு

ஈரோடு மாவட்டம், பவானி நகரம், வர்ணபுரம் 2வது வீதியில் ஸ்ரீ ஐந்துமலை வாசன் இளைஞர் சுய உதவிக் குழு செயல்பட்டு வருகிறது. இக்குழுவின் உறுப்பினர்கள் வங்கில் கணக்கு துவங்கி தவறாமல் சேமித்து வருகின்றனர். வங்கியில் ரூ. ஐந்து லட்சம் கடன் பெற்று, அந்தத் தொகையின் முதலீடாகக் கொண்டு பல்வேறு தொழில்களில் ஈடுபட்டு வருவாய் பெற்று வருகின்றனர். பொருளாதார வளர்ச்சியை மட்டுமே குறிக்கோளாகக் கொள்ளாமல், தங்கள் பகுதியின் வளர்ச்சிக்கும் பாடுபட்டு வருகின்றனர். ஆண்டுதோறும் குழுவின் துவக்க நாளன்று தங்கள் பகுதியில் உள்ள ஆதரவற்றோர் இல்லத் திற்கு சென்று அங்குள்ளவர்களுக்கு உணவு மற்றும் தேவை யான பொருட்களை வழங்கி வருகின்றனர். ■

உலக அரங்கில் உங்கள் கணினித் திரையில்

www.tamilnadumahalir.org/mutram

கல்வி
கனவை நினைவாக்கும் - வாழ்வை வளமாக்கும்

என்ன படிக்கலாம்...?
விரைவில்... முற்றம் இதழில்...

(சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி) பகுதி – 2

வாழ்வாதாரத்தை வளமாக்கும் வங்கி சேவைகள்...!

கே. எம். திருநாவுக்கரசு,
முதுநிலை ஆலோசகர்,
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

சென்ற இதழில் வங்கிகளின் முக்கியத்துவம் குறித்து பல்வேறு விபரங்கள் இடம் பெற்றிருந்தது. இந்த இதழில் வங்கிக் கணக்கு துவங்க சமப்பிக்க வேண்டிய ஆவணங்கள், வங்கிகளின் சேமிப்பு முறைகள் குறித்து அறிந்து கொள்ளலாம்.

வங்கிக் கணக்கு துவங்க வங்கிக்கு சமர்ப்பிக்க வேண்டிய தேவையான படிவங்கள்

புகைப்படம் (மார்பு வரை உள்ளது) புகைப்படத்துடன் கூடிய அடையாள அட்டை (Proof of Identity) (பாஸ்போர்ட், பான்கார்ட்டு, வாக்காளர் அட்டை, வாகன ஓட்டும் சான்றிதழ், ஆதார் அடையாள அட்டை, NREGA வேலைவாய்ப்பு அட்டை – இதில் ஏதாவது ஒன்று

சரியான மற்றும் நிரந்தர முகவரி (Address Proof)

(நுகர்பொருள் விநியோக அட்டை (Ration Card), மின்சார இணைப்பு அட்டை (EB Card) வாடகை ஒப்பந்த பத்திர நகல், ஊராட்சி தலைவர்கள், சட்ட மன்ற உறுப்பினர் (எம்.எல்.ஏ.), நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் (எம்.பி.) ஆகியோரின் அறிமுக கடிதம் – இதில் ஏதாவது ஒன்று). வங்கிக் கிளையில் ஏற்கனவே உள்ள வாடிக்கையாளரின் அறிமுகம், வாடிக்கையாளர்களை அறிந்து கொள்ளும் (KYC) படிவம்

சேமிப்பு திட்டங்கள்:

சேமிப்பு கணக்கு (Savings Bank Account)

தனிப்பட்ட நபர்களது தேவைக்கேற்ற பல சேமிப்பு கணக்கு திட்டங்கள் உள்ளன.

தனிப்பட்ட நபர்கள், இருவர் (அ) மூவர் சேர்ந்து (அ) குழுக்கள், கல்வி நிறுவனங்கள், வியாபார நோக்கு இல்லாத வர்த்தக நிறுவனங்கள், சாதாரண சேமிப்பு கணக்குகளை துவக்கலாம்.

ஈட்டிய பணத்தில் ஒரு பகுதியை அவசர குடும்ப தேவைகளுக்கும் மற்றும் வருங்கால தேவைகளுக்கும் சேமித்து வைக்க உதவும்.

வங்கி கணக்கில் உள்ள தொகைக்கு 4% வட்டி நாட்கணக்கில் கணக்கிடப்பட்டு, ஆண்டிற்கு இருமுறை பிப்ரவரி மற்றும் ஆகஸ்ட் மாதங்களில் வரவு வைக்கப்படும்

10 வயது நிரம்பியவர்கள் முதல், இந்த சேமிப்புக் கணக்கை துவக்கி வரவு / செலவு செய்யலாம்.

10 வயதிற்குட்பட்ட சிறார்கள் பெயரிலும் இந்த சேமிப்பு கணக்கு துவக்கலாம். ஆனால் இந்த கணக்கை அந்த நபர் 10 வயது நிரம்பும் வரை அவரது பெற்றோர்கள் (அ) பாதுகாவலர்கள் வரவு / செலவு செய்யலாம்.

பார்வையற்ற நபர்களும் இந்த சேமிப்புக் கணக்கை துவக்கலாம்.

கார்பரேட் சம்பள கணக்கு (Corporats Salary Account)

பெரிய நிறுவனங்களில் பணிபுரிபவர்களுக்கு, அந்த நிறுவனங்கள் அறிமுகத்துடன் மாத சம்பளம் வரவு வைக்க துவக்கப்படும் கணக்கு. இந்த சேமிப்பு கணக்கில், தேவைப்படும் பணம் எடுத்துக் கொண்டு மீதமுள்ள தொகையை சேமித்து வைக்க உதவும் கணக்கு. ■

(தொடரும்)

தனிப்பட்ட நபர்களது தேவைக்கேற்ற பல சேமிப்பு கணக்கு திட்டங்கள் உள்ளன. வங்கி கணக்கில் உள்ள தொகைக்கு 4% வட்டி நாட்கணக்கில் கணக்கிடப்பட்டு, ஆண்டிற்கு இருமுறை பிப்ரவரி மற்றும் ஆகஸ்ட் மாதங்களில் வரவு வைக்கப்படும்

'இளமையில் கல்' என்ற முதுமொழிக் கேற்ப, இளமையிலேயே மாணவர் களிடையே சேமிக்கும் பழக்கத்தை வளர்க்க மாணவர் சேமிப்பு கணக்கு உள்ளது.

இந்திய ஆட்சிப் பணிகளுக்கான முதன்மைத் தேர்வில் வெற்றி பெற்ற பார்வையற்ற மாணவி!

மத்திய அரசு பணியாளர் தேர்வாணையத்தின் (யு.பி.எஸ்.சி.) ஐ.ஏ.எஸ்., ஐ.எப்.எஸ்., ஐ.பி.எஸ்., உட்பட ஆட்சிப் பணிகளுக்கான முதன்மைத் தேர்வு முடிவுகள் கடந்த 11ந் தேதி வெளியிடப்பட்டன. இதில், தமிழ்நாட்டில் இருந்து 260 பேர் வெற்றி பெற்று நேர்முகத் தேர்வுக்கு தகுதி பெற்றுள்ளனர். சென்னை வில்லிவாக்கத்தைச் சேர்ந்த பார்வையற்ற மாணவி பெனோவும் இந்தத் தேர்வில் வெற்றி பெற்று, நேர்முகத் தேர்வில் பங்கு கொள்ளவுள்ளார். மாணவி பினோவின் பெற்றோர் சார்லஸ் – மேரி பத்மஜா, சகோதரர் வெளி நாட்டில் வேலை பார்த்து வருகிறார். பிறவியிலேயே பார்வையற்ற இவர், சென்னை அண்ணா சாலையில் உள்ள லிட்டில் பிளவர் கான்வென்ட்டில் பள்ளிப் படிப்பையும், ஸ்டெல்லா மாரீஸ் கல்லூரியில் பி.ஏ. (ஆங்கில இலக்கியம்) படிப்பையும் படித்தவர். இவர் சிறுவயதிலிருந்தே பிறருக்கு முன்மாதிரியாக விளங்க வேண்டும் என்பதை இலட்சியமாகக் கொண்டிருந்தார். அதற்கேற்ப தனது வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொண்டார். இவரின் முன்னேற்றத்திற்கு இவரின் பெற்றோர், சகோதரர், ஆசிரியர்கள், உறவினர்கள், நண்பர்கள் என அனைவரும் உறுதுணையாக இருக்கின்றனர்.

ஐ.ஏ.எஸ். அதிகாரியாகி மற்றவர்களுக்கு உதவ வேண்டும் என்ற மன உறுதியுடன் ஆட்சிப் பணித் தேர்வுக்கு படித்தார். இத்தேர்வில் எப்படியும் வெற்றி பெற வேண்டும் என்ற இலட்சியத்துடன் படித்து, முதன்மைத் தேர்வில் வெற்றி பெற்றுள்ளார். நேர்முகத் தேர்விலும் வெற்றி பெற்று, ஐ.ஏ.எஸ். அதிகாரி ஆவேன் என்று உறுதியுடன் கூறுகிறார் பினோ. ■

ஆசிட் வீச்சில் பாதிக்கப்பட்ட லட்சுமி, சட்ட விரோதமாக ஆசிட் விற்பனை செய்யப் படுவதை தடுக்க 27 ஆயிரம் கையெழுத்துக்கள் அடங்கிய புகார் மனுவை உச்ச நீதிமன்றத்தில் தாக்கல் செய்தார்.

இந்தியப் பெண் லட்சுமிக்கு சர்வதேச வீரப்பெண் விருது

அமெரிக்க வெளியுறவுத் துறை அமைச்சசகம் சார்பில் சர்வதேச வீரப் பெண் விருது ஆண்டுதோறும் வழங்கப்படுகிறது. உலக அளவில் பெண்களை ஊக்குவிக்கும் வகையில் வழங்கப்படும் இந்த விருது இவ்வாண்டு இந்தியாவைச் சேர்ந்த லட்சுமிக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளது. புதுடெல்லியைச் சேர்ந்த லட்சுமி மீது, கடந்த 2005ஆம் ஆண்டு, அவருடைய நண்பரின் சகோதரர் ஒருவர், ஆசிட் வீசியதில் அவர் முகம் விகாரமானது. பொதுவாக ஆசிட் தாக்குதலில் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் தங்களது இயல்பான வாழ்க்கைக்கு திரும்ப முடிவதில்லை. வெளியிடங்களுக்கு செல்லும்போது பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளை மறைத்தே செல்வார்கள். ஆனால் லட்சுமி அப்படி மறைக்கவில்லை. ஆசிட் தாக்குதலுக்கு ஆளானதால் முடங்கிப் போய் விடாமல், இத்தகைய தாக்குதல்களுக்கு எதிரான சட்டப் பாதுகாப்பு கோரி போராடினார்.

ஆசிட் வீச்சில் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் மறுவாழ்வு, ஆசிட் தாக்குதலை தடுப்பது போன்றவை குறித்து நாடு முழுவதும் பயணம் செய்து பிரச்சாரம் செய்த லட்சுமியைப் பாராட்டும் விதத்தில், சர்வதேச வீரப்பெண் விருது அவருக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளது. இந்த விருதை அமெரிக்கா அதிபரின் மனைவி மிச்செல் ஒபாமா வழங்கினார். லட்சுமியுடன் சேர்ந்து ஆப்கானிஸ்தான், பிஜி, ஜியார்ஜியா, சவுதி அரேபியா, கவுதமாலா, உக்ரைன், மாலி, தஜிகிஸ்தான் மற்றும் ஜிம்பாப்வே ஆகிய நாடுகளைச் சேர்ந்த பெண்களுக்கும் இவ்விருது வழங்கப்பட்டுள்ளது.

உங்கள் வாக்கு... உங்கள் எதிர்காலம்... சரியாகப் பயன்படுத்துவீர்.

சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டம்

IFAD
Enabling poor rural people to overcome poverty

சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த
வாழ்வாதாரத் திட்டம்

திரு. **விக்ரம் கபூர்,** இ.ஆ.ப.,
முதன்மைச் செயலாளர் /
திட்ட இயக்குநர்

திரு. A. R. கிளாட்ஸ்டன் புஷ்பராஜ்,
கூடுதல் இயக்குநர்

திரு. இரா. இரவிச்சந்திரன்,
தகவல் மற்றும் தொழில் நுட்ப
மேலாளர்

மாநில அளவிலான வங்கி அலுவலர்களுடன் கலந்தாய்வு கூட்டம்

மாநில அளவிலான வங்கி அலுவலர்களின் கலந்தாய்வுக் கூட்டம் மற்றும் கருத்துப் பட்டறை மார்ச் 4ஆம் தேதி அன்று சென்னையில் நடைபெற்றது. இந்த கூட்டத்தில் இந்திய ரிசர்வ் வங்கி, நபார்டு வங்கி, தேசியமயமாக்கப்பட்ட வங்கிகள், கூட்டுறவு வங்கிகள் மற்றும் தனியார் வங்கிகளின் மாநில அளவிலான உயர் அதிகாரிகள் கலந்து கொண்டனர். சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்ட கூடுதல் இயக்குநர் திரு. கிளாட்ஸ்டன் புஷ்பராஜ் கருத்தரங்கிற்கு தலைமை ஏற்று, சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்ட செயல்பாடுகளைப் பற்றி விரிவாக எடுத்துரைத்தார். இந்த திட்டத்தின் கீழ் துவங்கப்பட்ட குறுந்தொழில்களுக்கான கடன் மற்றும் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வழங்கப்படும் துயர் குறைப்பு நிதி போன்றவைகள் மிகச் சிறப்பான அம்சங்கள் என்று அவர் கூறினார். இதுவரை கொடுக்கப்பட்ட நிதி உதவியின் மூலம் ஏற்படுத்தப்பட்ட 189 குறுந்தொழில்களில் சுமார் 150 குறுந்தொழில்கள் இலாபகரமாக செயல்படுவதாகவும், அவற்றிலிருந்து கடன் தொகை முறையாக திருப்பி செலுத்தப்பட்டுள்ளது என்பதையும் தெரிவித்தார். இந்த குறுந்தொழில்களுக்கான கடன் தொகைகள் திட்டத்திலிருந்து வட்டியில்லாமல் ரூ. 3,00,000/- வரை கொடுக்கப்பட்டுள்ளது என்பதையும் எடுத்துக் கூறினார்.

மாநில அளவிலான வங்கியாளர்களுடன் கலந்தாய்வுக் கூட்டம் - 04.03.2014

சுய உதவிக் குழுக்கள் வாங்கிய கடன்களை தவணைத் தவறாமல் கட்டுவதற்கு எல்லா குழு அங்கத்தினரையும் கடனைத் திருப்பிச் செலுத்த ஊக்குவிக்க வேண்டும் என்ற கருத்து தெரிவிக்கப்பட்டது.

திட்டப் பகுதியிலுள்ள சுய உதவிக் குழுக்கள், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகளின் செயல்பாடுகள் பற்றியும் மற்றும் குறுத்தொழில்கள் வளர்ச்சி பற்றியும் விரிவாக எடுத்துரைக்கப்பட்டது. நாகப்பட்டினம் மாவட்டத்தில் நடை பெற்று வரும் மா சாகுபடி வளர்ச்சிக்காக CCD என்ற தொண்டு நிறுவனத்தின் மூலம் செய்யப்படும் பல்வேறு நடவடிக்கைகள் குறித்து விரிவாக எடுத்துரைக்கப்பட்டது. கூட்டமைப்புகளிலிருந்து கலந்து கொண்ட பிரதிநிதிகள் பேசும் போது, தங்களுடைய குழுக்களுக்கு கடனுதவி பெறுவதில் உள்ள சிரமங்களையும், ஏற்கனவே சில குழுக்கள் பணத்தை திருப்பி செலுத்தவில்லை என்ற காரணத்தை காட்டி மற்ற குழுக்களுக்கு கடன் கொடுப்பதில் வங்கியின் மேலாளர்கள் தயக்கம் காட்டுவதாகவும் எடுத்துக் கூறினார்.

இதனைத் தொடர்ந்து வங்கிகளின் உயர் அதிகாரிகள் பேசும்போது, சிறப்பாக செயல்படும் குழுக்களுக்கு கடன் வழங்குவதில் எவ்விதமான தயக்கமும் வங்கிகளிடத்தில் இல்லை என்றும், சுய உதவிக் குழுக்களின் கடனுதவி மனுக்களை உடனடியாக பரிசீலனை செய்து கடன் வழங்க உரிய நடவடிக்கை மேற்கொள்ள தங்களது கிளைகளுக்கு அறிவுரைகள் வழங்கப்படும் என்று உறுதி அளித்தனர்.

மாநில அளவிலான வங்கி கூட்டமைப்பின் (Convenor, SLBC) துணைப் பொது மேலாளர் பேசும்போது, சுய உதவிக் குழுக்களின் கடன் மனுக்கள் நிலைவையில் உள்ள வங்கிகளின் கிளை மற்றும் விவரங்களை தங்களுக்கு தெரிவித்தால் உரிய நடவடிக்கை எடுப்பதாக உறுதி கூறினார். சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தினால் செயலாக்கப்படும் பல்வேறு திட்டங்களை பாராட்டிப் பேசினார். சுய உதவிக் குழுக்களுக்காக கடன் வட்டி விகிதத்தி ற்கு மத்திய அரசாங்கத்திடமிருந்து வரி சலுகை கிடைக்கும் என்றும், சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு 7% வட்டி கிடைக்கும் என்றும் கூறினார்.

இறுதியாக சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தில் செயல்படுத்தப்படும் குறுந்தொழில்களுக்கு தேவையான நடைமுறை மூலதனத்தையும் மற்றும் திட்டப் பகுதியில் உள்ள சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு மூலம் கடனுதவியினை அனைத்து வங்கிகள் மூலமாகவும் கிடைக்க வேண்டும் என கூடுதல் இயக்குநர் தன்னுடைய முடிவுரையில் கூறினார்.

இக்கூட்டத்தில் திட்ட மேலாண்மைச் செயலாக்க அலுவலர்கள், மாவட்ட செயலாக்க அலுவலர்கள், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு பிரதிநிதிகள், நுண்தொழில் முனைவோர், அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனங்கள் ஆகியோர் கலந்து கொண்டு தங்கள் கருத்துக்களை எடுத்துரைத்தனர். நன்றி நவில்தலுக்குப் பின் தேசிய கீதத்துடன் கூட்டம் இனிதே முடிவுற்றது. ■

தமிழக கடற்பகுதிகளில்

செயற்கை பவளப் பாறைகள் ஒரு புதிய துவக்கம்

கடந்த 2004ஆம் ஆண்டு டிசம்பர் மாதம் 26ஆம் தேதி ஏற்பட்ட சுனாமிக்குப் பின் கிழக்கு கடலோர பகுதிகளில் மீன் வளம் குறைந்து விட்டதாக மீனவர்கள் தெரிவித்ததை அடுத்து, மீன் வளத்தை பெருக்கிட தமிழ்நாடு அரசு பல்வேறு நடவடிக்கைகளை எடுத்து வருகிறது. அதன் ஒரு பகுதியாக மத்திய கடல்வாழ் உயிரின ஆராய்ச்சி நிறுவனத்தின் (CMFRI) தொழில்நுட்ப ஆலோசனைக்கு இயங்க செயற்கைப் பவளப் பாறைகளை கடலில் அமைக்கத் திட்டமிடப்பட்டது. 2012–13ஆம் ஆண்டு நிதி நிலை அறிக்கையின் போது, ரூ. 80 இலட்சம் மதிப்பீட்டில் சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் மூலம் திருவள்ளூர், காஞ்சிபுரம், விழுப்புரம், கடலூர், நாகப்பட்டினம் மற்றும் கன்னியாகுமரி ஆகிய மாவட்டங்களில் செயற்கை பவளப்பாறைகள் அமைக்கப்படும் என அறிவிக்கப்பட்டிருந்தது.

நாகப்பட்டினம் மாவட்டத்தில் செயற்கை பவளப் பாறைகள் தயாரிக்கும் பணி நிறைவடைந்ததை தொடர்ந்து கடந்த 24.08.2013 அன்று செயற்கைப் பவளப் பாறைகள் கடலில் நிறுவப்பட்டன. மேலும் சென்னை மீன்பிடி துறைமுகத்தில் திருவள்ளூர், காஞ்சிபுரம், விழுப்புரம் மற்றும் கடலூர் மாவட்டங்களுக்குத் தேவையான செயற்கைப் பவளப் பாறைகள் தயாரிக்கும் பணி நிறைவடைந்ததைத் தொடர்ந்து, 28.02.2014 அன்று திருவள்ளூர் மாவட்டத்திலும், 05.03.2014 அன்று காஞ்சிபுரம் மாவட்டத்திலும், 10.03.2014 அன்று விழுப்புரத்திலும் செயற்கைப் பவளப் பாறைகள் நிறுவப்பட்டன.

அப்போது மத்திய கடல்வாழ் உயிரின ஆராய்ச்சி நிறுவன விஞ்ஞானிகள், சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்ட அலுவலர்கள் மற்றும் மீனவ மக்கள் ஆகியோர் உடனிருந்தனர். நிறுவப்பட்ட செயற்கை பவளப் பாறைகளின் பயன்பாடு மூன்று மாத காலத்திற்குப்பின் மத்திய கடல்வாழ் உயிரின ஆராய்ச்சி நிறுவன விஞ்ஞானிகளால் கூராய்வு செய்யப்பட்டு அரசுக்கு அறிக்கை அளிக்கப்படும். ■

மதித்திடுவீர் ஜனநாயகத்தை...! வாக்களித்திடுவீர்...!!

சமுதாயம் சார்ந்த கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொள்ளும் கருத்துப் பட்டறை

சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டம் மூலம் திருவள்ளூர் மாவட்டத்தில் 25.02.2014 அன்று மாவட்ட செயலாக்க அலுவலகத்தில் மாவட்ட செயலாக்க அலுவலர் திருமதி கே. விஜயலட்சுமி அவர்களின் தலைமையில் சமுதாயம் சார்ந்த கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொள்ளும் ஒருநாள் கருத்துப் பட்டறை நடத்தப்பட்டது. இக்கருத்துப் பட்டறைக்கு மாவட்ட செயலாக்கப் பணியாளர்கள், வங்கி மேலாளர்கள், MSSS தொண்டு நிறுவனம், ஊராட்சி அளவிலான மகளிர் கூட்டமைப்புகளின் பிரதிநிதிகள் மற்றும் கூட்டு வள மைய பணியாளர்கள் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர்.

துயர் குறைப்பு நிதி கையாளும் முறைகள் மற்றும் பங்களிப்பு செலுத்துவது தொடர்பாகவும், கணக்குகள் பராமரிப்பது மற்றும் நுண்காப்பீட்டின் வகைகள் பற்றியும், அவற்றின் நன்மைகள் பற்றியும், இவற்றில் ஏற்படும் தாமதத்திற்கான காரணங்கள் பற்றியும் இக்கருத்தரங்கில் கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொள்ளப்பட்டது.

குழுக்கள் நேரடிக் கடன் பெறுவது சம்பந்தமாகவும், வங்கிமேலாளர்களிடம் இவற்றில் உள்ள பிரச்சனைகள் என்ன என்றும், அவற்றை சரி செய்து வங்கி கடன் இணைப்பு பெற உள்ள வழிமுறைகள் குறித்தும் வங்கியாளர்களுடன் விவாதிக்கப்பட்டது. ■

துயர் குறைப்பு நிதி கையாளும் முறைகள் மற்றும் பங்களிப்பு செலுத்துவது, கணக்குகள் பராமரிப்பது மற்றும் நுண்காப்பீட்டின் வகைகள், அவற்றின் நன்மைகள் பற்றியும், இவற்றில் ஏற்படும் தாமதத் திற்கான காரணங்கள் பற்றியும் கருத்துக்களை பகிர்ந்து கொண்டனர்.

NABFINS உதவியுடன் குறுந்தொழில்கள் ஏற்படுத்துதல்

இத்தொழில்களுக்கான அனைத்து வள பயிற்சிகளும் பயனாளிகளுக்கு ஏற்கனவே வழங்கப்பட்டுள்ளது. ஏற்படுத்தப்படும் புதிய குறுந்தொழில்களை வழிநடத்திட திட்ட ஆலோசகர்கள் ஒப்பந்த அடிப்படையில் நியமிக்கப்பட்டுள்ளனர்.

பன்னாட்டு வேளாண் வளர்ச்சி நிதி உதவியுடன் கூடிய சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்ட அலகின் மூலம் திருவள்ளூர், காஞ்சிபுரம், விழுப்புரம், கடலூர், நாகை மற்றும் கன்னியா குமரி மாவட்டங்களில் சுனாமியால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களின் வாழ்வாதாரத்தை மேம்படுத்தும் பொருட்டு, திட்ட செயலாக்க நிதியிலிருந்து பயனாளிகளுக்கு நேரடியாக நிதி உதவி செய்யப்பட்டு குறுந்தொழில்கள் துவக்கப்பட்டன. இக்குறுந்தொழில்களின் எண்ணிக் கையை மேலும் அதிகரிக்க NABFINS நிறுவனத்துடன்

இணைந்து குறுந்தொழில்கள் துவங்க திட்டமிடப்பட்டுள்ளது. அதனடிப்படையில் குறுந்தொழில் செய்ய முன்வரும் பயனாளிகள் குழுக்களை NABFINS நிறுவன அலுவலர்கள், சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்ட அலுவலர்கள் மற்றும் திட்ட ஆலோசகர்கள் நேர்காணல் செய்து குறுந்தொழில் திட்ட கருத்துருக்களைப் பெற்று ஆய்வு செய்ததுடன், கிராமங்களுக்கு நேரடியாக சென்று 196 குறுந்தொழில்களுக்கான குழுக்களை தேர்வு செய்துள்ளனர். குறுந்தொழில்களுக்கான விண்ணப்பங்கள் NABFINS நிறுவன அலுவலர்களால் தல ஆய்வு செய்யப்பட்டு, நிதி உதவி பெறுவதற்கு அனுமதி பெறப்பட்டுள்ளது. மேலும், ஆறு மாவட்டங்களில் 124 குறுந்தொழில்களுக்கு ரூ. 368.96 இலட்சம் கடனுதவி பெற ஆணை வழங்கப்பட்டுள்ளது. ■

மாவட்டங்களின் பெயர்	அனுமதிக்கப்பட்ட விண்ணப்பங்கள்	குறுந்தொழில்களின் வகைகள்	அனுமதிக்கப்பட்ட தொகை (ரூ. இலட்சத்தில்)
திருவள்ளூர்	12	பனை ஓலை (ம) கைவினை பொருட்கள் – 2 மரக்கறி உற்பத்தி – 1 மீன் (ம) இறால் விற்பனை – 9	13.6
காஞ்சிபுரம்	14	கருவாடு (ம) சிறிய அளவு மீன் விற்பனை–4 இளநீர் விற்பனை – 3 பால் பொருட்கள் விற்பனை – 4 அலங்கார ஆடையகம் – 1 பூக்கடை – 1 இதர – 1	22.88
விழுப்புரம்	7	பால் உற்பத்தி – 4 கருவாடு உற்பத்தி (ம) விற்பனை – 1 ஆடு வளர்ப்பு – 2	13.1
கடலூர்	28	காய்கறி (ம) நிலக்கடலை சாகுபடி – 13 கருவாடு உற்பத்தி (ம) விற்பனை – 15	42.17
நாகப்பட்டினம்	33	காய்கறி சாகுபடி – 13 கருவாடு உற்பத்தி (ம) விற்பனை – 20	64.28
கன்னியாகுமரி	30	மீன் விற்பனை – 7 நவீன இயந்திரத்தின் மூலம் கயிறு தயாரித்தல் – 1 காய்கறி (ம) பழங்கள் விற்பனை – 1 கால்நடை வளர்ப்பு – 15 அலங்கார ஆடையகம் – 1 இதர – 5	212.93
மொத்தம்	124		368.96

வட கிழக்கு பிராந்தியம்

புதிய வாழ்வாதார அணுகுமுறை ஒரு நேரடிப் பயணம்

சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் பல்வேறு அலுவலர்கள், கூட்டு வள மைய பணியாளர்கள், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு நிர்வாகிகள் மற்றும் குறுந்தொழில் முனைவோர் அடங்கிய 25 உறுப்பினர் கொண்ட குழு இந்தியாவின் வட கிழக்குப் பகுதியில் உள்ள மணிப்பூர் மாநிலம் உக்ருல் மாவட்டத்தில் பன்னாட்டு வேளாண் நிதி நிறுவனத்துடன் செயல்பட்டு வரும் வட கிழக்கு பிராந்திய சமுதாய வாழ்வாதார மேலாண்மைத் திட்ட செயல்பாடுகளை (NERCORMP) 20.02.2014 மற்றும் 21.02.2014 ஆகிய தேதிகளில் பார்வையிட்டனர். கசிபுங், துலுய், லங்டன், சிறுயி ஆகிய திட்ட கிராமங்கள் குழுவினரால் பார்வையிடப்பட்டன.

உக்ருல் மாவட்டத்தில் திட்ட செயல்பாடுகள்

உக்ருல் மாவட்டத்தின் மொத்தமுள்ள 235 கிராமங்களில் 172 கிராமங்களில் திட்டம் செயலாக்கப்படுகிறது.

கிராம அளவில் 10-15 நபர் கொண்ட திருமணமான பெண்கள் குழுக்கள் அமைக்கப்படுகிறது.

இத்திட்டத்தின் கீழ் உக்ருல் மாவட்டத்தில் (UDWIM - Ukhrul District Women Institute of Micro Credit) என்ற அமைப்பு 734 சுய உதவிக் குழுக்களை ஏற்படுத்தி, இதன் மூலம் ரூ. 2.6 கோடி நிதி சேகரித்து வங்கியாக செயல்பட்டு வருகிறது.

இந்த UDWIM சமுதாய நிதி நிறுவனம் குழுக்களுக்கு குறுந்தொழில் நிதியாக ரூ. 10,000/- முதல் ரூ. 70,000/- வரை 24% வட்டியில் விநியோகம் செய்து வருகிறது.

வருடாந்திர திட்ட நிதி நிலை அறிக்கை சமுதாய அளவில் திட்டமிடுவது இத்திட்டத்தின் சிறப்பு அம்சமாகும்.

குழுக்களிடமிருந்து வட்டி மாதந்தோறும் வசூல் செய்யப்படுகிறது. நிதி சேவை காலாண்டு முறையில் வினியோகிக்கப்படுகிறது.

கையூட்டுப் பெற்று வாக்களிக்காமல் மனசாட்சிப்படி வாக்களியுங்கள்!

முற்றக் கச்சேரி

வாக்களியுங்கள்...

வாக்காளர் விழிப்புணர்வு குறித்து சுபா, செல்லாயி, பார்வதி மற்றும் வாணி ஆகியோர் விவாதிக்கிறார்கள்.

செல்லாயி: வாங்க சுபா... இன்னைக்கு எல்லோரும் சரியான நேரத்திற்கு வந்துட்டோம். எதைப்பத்தி பேசப் போறோம்?

சுபா: வாக்காளர் விழிப்புணர்வு பற்றி கொஞ்சம் பேசலாம்.

வேணி: வாக்காளர் விழிப்புணர்வா? அது என்ன?

சுபா: நம்ம எதிர்காலமே நாம அளிக்கும் வாக்குலதான் இருக்கு என்பது உங்களுக்கு தெரியுமா?

செல்லாயி: வாக்குல எதிர்காலமா? என்ன சொல்ற சுபா? கொஞ்சம் விளக்கமாகத் தான் சொல்லேன்.

சுபா: நம்ம நாடு உலகத்துலேயே மிகப் பெரிய ஜனநாயக நாடு. நம்மை ஆட்சி செய்பவர்களை தேர்ந்தெடுக்கற உரிமை நம்மகிட்ட இருக்கு. அதனால நீங்க தவறாம வாக்களிக்கணும்.

செல்லாயி: அப்படியா? தேர்தல்ல ஓட்டு போடுவது அவ்வளவு முக்கியமா?

சுபா: ஆமாம். உலகத்துலயே நம்ம நாட்டுலதான் அதிக அளவுல வாக்காளர்கள் இருக்காங்க. நாம் அளிக்கும் வாக்கு நல்ல அரசு அமை வதற்கு உறுதுணையாக இருக்கணும்.

செல்லாயி: எல்லோரும் வாக்களிக்கணுமா?

சுபா: தகுதி வாய்ந்த எல்லோரும் கண்டிப்பா வாக்களிக்கணும். வாக்களிக்கறது குறித்த விழிப்புணர்வை எல்லோரும் பெற்றிடணும். திறமையான தகுதியான வலிமையான அரசு அமைவதற்கு நம்ம வாக்கு உதவணும்.

பார்வதி: வாக்களிக்க அன்பளிப்புகள் தராங்களே...

சுபா: வாக்களிப்பது நமது கடமை. அதை பணத்துக்கும் பொருளுக்கும் விற்பனை செய்யக் கூடாது. வாக்குக்கு பணம் வாங்குவதும் தருவதும் குற்றம். இந்தக் குற்றத்திற்கு சிறை தண்டனை உண்டு. எனவே உங்க வாக்குகளை சரியா பயன்படுத்துங்க.

வாணி: வாக்களிக்காம இருந்த என்ன?

சுபா: ஜனநாயகத்தை மதிச்சு அவசியம் வாக்களிக்கணும். நம்ம வாக்கு நமக்கு மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் என்பதை கவனத்துல வைச்சி தவறாம வாக்களிக்கணும்.

வாணி: வாக்களிப்பது நம்ம கடமையா?

சுபா: ஆமா. வாக்களிப்பது நம்ம கடமை தான். பொறுப்புள்ள குடிமகன் என்பதை வெளிப்படுத்துவதே நாம அளிக்கும் வாக்குதான். எனவே வாக்களிப்பதை கடமையாக நினைச்சு செயல்படுவோம். மனசாட்சிப்படி மனதில் உறுதியோட வாக்களிப்போம். வளமான வாழ்க்கைக்கு வழி வகுப்போம்.

செல்லாயி: தேர்தல்ல வாக்களிப்பதோட முக்கியத்துவத்தைப் பற்றி நீ சொன்னது எங்களுக்கு விழிப்புணர்வ தந்துடுச்சி. நாங்க மட்டுமல்லா எங்க குழுவோட உறுப்பினர்கள், எங்கள் ஊர் மக்கள் என அனைவரையும் தவறாம வாக்களிக்க சொல்லப் போறோம். முக்கியமா ஓட்டுகளை பணத்துக்கு விக்க கூடாதுன்னு உறுதியோட சொல்லப்போறோம்.

(சுபா விடைபெற்று செல்ல... செல்லாயி, வாணி மற்றும் பார்வதி ஆகியோர் வீட்டிற்கு செல்கின்றனர்.) ■

(தொடரும்)

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித்துறை

புது வாழ்வு திட்டம்

பயிற்சி மற்றும் வேலை வாய்ப்பு குறித்த கல்வித் தகுதி, வயது வரம்பு மற்றும் சம்பளம் குறித்த அனைத்து தகவல்களுடன், விண்ணப்ப படிவமும் இந்த இளைஞர் விழிப்புணர்வு ரதத்திலேயே வழங்கப்படுகிறது.

பக்கம்...28

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டத்தில் உள்ள சூளகிரி மற்றும் தளி ஒன்றியங்களில் உள்ள குக்கிராமங்களுக்கு கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கங்கள் மூலம் ஷேர் ஆட்டோக்களை இயக்குவதற்காக புதுவாழ்வு திட்டத்தின் மூலம் நிதி உதவி வழங்கப்பட்டுள்ளது.

பக்கம்...29

சோலார் குக்கர்களுக்கு எரி பொருள் தேவை இல்லை என்பதால் எரி பொருள் செலவுகள் குறைகிறது. புகை மற்றும் புகைக்கரி உருவாகும் பிரச்சனைகளற்றது. சமைக்கப்பட்ட உணவின் சக்தியும் குறைவதில்லை.

பக்கம்...32

வளமானது வாழ்வு

தருமபுரி மாவட்டம், அரூர் வட்டம், பி. மொரசப்பட்டி கிராமத்தில் வசித்து வரும் முனியப்பனின் வாழ்வை புதுவாழ்வு திட்டம் வளமாக்கியுள்ளது. சாதாரண ஏழை கூலித் தொழிலாளியான முனியப்பன் இன்று நிரந்தர பணி பெற்று, மாதந்தோறும் வருவாய் பெற்று வருகிறார். இலக்கு மக்கள் பிரிவைச் சேர்ந்த இவர், தனக்கு தொழிற்பயிற்சி வேண்டி கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்கத்திற்கு விண்ணப்பித்தார். இவரின் விண்ணப்பம் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டு, ஸ்ரீ பெரும்புதூர் L & T கம்பெனியில் மூன்று மாதம் பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. பயிற்சி காலத்தில் ஊக்க ஊதியமாக நாளொன்றுக்கு ரூ. 300/–ம், புதுவாழ்வு திட்டம் மூலம் மாதம் ரூ. 1500/–ம் வழங்கப்பட்டது. பயிற்சிக்குப் பின்னர் தருமபுரி L & T கம்பெனியில் மாதம் ரூ. 7500/– ஊதியத்தில் பணி வாய்ப்பு பெற்றுள்ள முனியப்பனின் வாழ்வு தற்போது வளமாகியுள்ளது. ■

மாரியப்பன் மணப்பாறை மேல்நிலைப்பள்ளியில் பத்தாம் வகுப்பும், அவரின் தங்கை பாலவிடுதி பள்ளியில் ஐந்தாம் வகுப்பும் பயின்று வருகிறார்கள். மாரியப்பன் மேற்படிப்பு படிக்க, பார்வையற்ற மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான கருவிகள் தேவைப்பட்டதால், அக்கருவிகள் வாங்க வசதியில்லாத நிலையில், மாரியப்பனின் தந்தையார் படிக்க வேண்டாம் என்று கூறினார்.

அறிவு வெளிச்சம்

கரூர் மாவட்டம், பாலவிடுதி ஊராட்சி, குரும்பப்பட்டி கிராமத்தில் வசித்து வரும் மாரியப்பன் (17) மற்றும் இவரின் தங்கை இருவரும் பார்வையற்ற மாற்றுத் திறனாளிகள். மாரியப்பன் மணப்பாறையில் பத்தாம் வகுப்பும், அவரின் தங்கை பாலவிடுதியில் ஐந்தாம் வகுப்பும் படிக்கின்றனர். காளியம்மன் சிறப்பு குழுவில் மாரியப்பன் உறுப்பினராக சேர்க்கப்பட்டு, உள்கடனாக ரூ. 2,000/–மும், தனிநபர் கடனாக ரூ. 10 ஆயிரமும் வழங்கப்பட்டது. இந்தத் தொகையைக் கொண்டு 'பெயிலி' என்ற மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கான கருவிகள் வாங்கி தற்போது மாரியப்பன் மேற்படிப்பை தொடர்ந்து வருகிறார். ■

இளைஞர் விழிப்புணர்வு ரதம்

பெரம்பலூர் மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் டாக்டர் தரேஸ் அஹமது, இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமையில் புதுவாழ்வு திட்டத்தின் மூலம் இளைஞர் விழிப்புணர்வு ரதம் தொடங்கி வைக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த இளைஞர் விழிப்புணர்வு ரதம் ஆலத்தூர், வேப்பூர் மற்றும் வேப்பந்தட்டை ஆகிய ஒன்றியங்களில் உள்ள கிராமப்புற இளைஞர்களிடையே தொழிற்பயிற்சி மற்றும் வேலைவாய்ப்புக் குறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் வகையில் 101 கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்கங்களையும் சுற்றி வர உள்ளது. பயிற்சி மற்றும் வேலை வாய்ப்பு குறித்த கல்வித் தகுதி, வயது வரம்பு மற்றும் சம்பளம் குறித்த அனைத்து தகவல்களுடன், விண்ணப்ப படிவமும் இந்த இளைஞர் விழிப்புணர்வு ரதத்திலேயே வழங்கப்படுகிறது. ■

மாநில அளவிலான கருத்தரங்கு

சேலம் மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்ட மாவட்ட மகமையில் மாநில அளவிலான இரண்டு நாள் கருத்தரங்கம், சேலம் சமூக சேவை சங்கத்தில் நடைபெற்றது. இதில் புதுவாழ்வு திட்டம் முதல் கட்டமாக செயல்படுத்தப்பட்ட 15 மாவட்டங்களைச் சேர்ந்த மகமையின் நிர்வாகிகள் கலந்து கொண்டு, மகமையின் செயல்பாடுகளை விளக்கிக் கூறினர். இக்கருத்தரங்கில் புதுவாழ்வு திட்ட கூடுதல் திட்ட இயக்குநர் திருமதி. ஆர். வி. ஷஜீவனா அவர்கள் கலந்து கொண்டு மகமையின் மேம்பாட்டிற்கான ஆலோசனைகளை வழங்கினார்கள். இக்கருத்தரங்கில் புதுவாழ்வு திட்ட மாநில வல்லுநர்கள், திட்ட மேலாளர்கள் மற்றும் உதவித் திட்ட மேலாளர்கள் கலந்து கொண்டனர். ■

மனநலத் திட்டம் குறித்த கருத்தரங்கு

வேலூர் மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்டத்தின் கீழ் குடியாத்தம் ஒன்றியத்தின் 44 ஊராட்சிகளில் தொடங்கப்பட்டுள்ள புதுவாழ்வு மனநல திட்டம் குறித்து கருத்தரங்கம் வேலூர் மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலகத்தில் 20.02.2014 அன்று நடைபெற்றது. இக்கருத்தரங்கில் வேலூர் மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. நந்தகோபால், இ.ஆ.ப., அவர்கள் கலந்து கொண்டு பேசும்போது, 'மனநோய் என்பது நூறு சதவீதம் குணப்படுத்தக் கூடியது. மனநோயாளிகளுக்கு மறுவாழ்வு கிடைக்கச் செய்வது நமது கடமையாகும்' என்று குறிப்பிட்டார். ■

நலத் திட்ட உதவிகள்

சிவகங்கை மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்டத்தின் மூலம் மாற்றுத் திறனாளிகள் மற்றும் நலிவுற்றோர்களுக்கு உதவிகள் வழங்கும் விழா 18.02.2014 அன்று மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலக வளாக சமுதாயக் கூடத்தில் நடைபெற்றது. மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் திரு. வே. ராஜா ராமன், இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சியில் புதுவாழ்வு திட்டத்தின் மூலம் 134 மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கும், 44 நலிவுற்றோருக்கும் ரூ. 17.30 இலட்சம் மதிப்பில் கடனுதவி வழங்கப்பட்டது. மேலும் 22 மாற்றுத் திறனாளிகள் சிறப்பு சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு ஆதார நிதியாக ரூ. 3.64 இலட்சம் மானியம் வழங்கப்பட்டது. சிவகங்கை மாவட்ட மத்திய கூட்டுறவு வங்கியின் மூலம் 17 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு நேரடிக் கடனாக ரூ. 42.75 இலட்சமும் வழங்கப்பட்டது.

குக்கிராமங்களுக்கு பயணிகள் ஆட்டோ

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டத்தில் உள்ள சூளகிரி மற்றும் தளி ஒன்றியங்களில் உள்ள குக்கிராமங்களுக்கு கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கங்கள் மூலம் ஷேர் ஆட்டோக்களை இயக்குவதற்காக புதுவாழ்வு திட்டத்தின் மூலம் ரூ. 31.90 இலட்சம் நிதி உதவி வழங்க ஒப்புதல் வழங்கப்பட்டுள்ளது. 21.02.2014 அன்று கிருஷ்ணகிரி மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலகத்தில் நடைபெற்ற நிகழ்ச்சியில் மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. டி.பி.ராஜேஷ், இ.ஆ.ப., அவர்கள் பயணிகள் ஆட்டோ ரிக்ஷா சேவையைத் துவக்கி வைத்து, சம்பந்தப்பட்ட கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கங்களிடம் ஆட்டோ ரிக்ஷாக்களை வழங்கினார். இந்த நிகழ்ச்சியில் ஊரக வளர்ச்சி முகமை இயக்குநர் திரு. மந்திராச்சலம், மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்ட மேலாளர் திரு. கோ. குமரன், உதவித் திட்ட மேலாளர்கள் மற்றும் கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்கத்தினர் கலந்து கொண்டனர். ■

முதல் கட்டமாக போக்குவரத்து வசதி இன்றி சிரமப்படும் ஓசஹள்ளி, அத்திமுகம், ஜவளகிரி, கலுகொண்டப்பள்ளி, அஞ்செட்டி ஆகிய ஐந்து ஊராட்சிகளைச் சேர்ந்த வறுமை ஒழிப்பு சங்கங்கள் மூலம் பயணிகள் ஆட்டோ இயக்கப்படுகிறது.

வாழ்விற்கு வழிகாட்டிய திட்டம்

கரூர் மாவட்டம், தாந்தோணி ஒன்றியத்தில் வெள்ளியணை ஊராட்சியில் வசிப்பவர் சகுந்தலா. கணவரை இழந்த இவர் தனது இரு குழந்தைகளுடன் தனது வீட்டில் இருந்தபடியே துணிகளைத் தைத்துக் கொடுத்து, மிகவும் குறைவான வருவாய் பெற்று வறுமையுடன் வாழ்ந்து வந்தார். இப்பகுதியில் புதுவாழ்வு திட்டம் மூலம் அமைக்கப்பட்ட கிராம வறமை ஒழிப்புச் சங்கத்தில் நலிவுற்றோர் பிரிவில் சேர்க்கப்பட்ட இவரை, அன்னை தையல் ஒத்த தொழில் குழுவில் உறுப்பினராக சேர்த்து, பவர் தையல் இயந்திரம் வாங்க வங்கியில் கடன் பெற்று தரப்பட்டது. மேலும் தனிநபர் கடனாக ரூ. 10 ஆயிரம் வழங்கப்பட்டது. தற்போது சகுந்தலா பவர் தையல் இயந்திரம் மூலம் தினசரி அதிக அளவில் துணிகளைத் தைத்துக் கொடுப்பதன் மூலம் நாள்தோறும் ரூ. 200 முதல் ரூ. 250 வரை வருவாய் பெற்று வருகிறார்.

ஜனநாயகத்தை காத்திடுங்கள்!

திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில், மானூர், குருவிகுளம், வாசுதேவநல்லூர், சங்கரன்கோவில், கடையநல்லூர் மற்றும் மேலநீலிதநல்லூர் ஆகிய ஆறு ஊராட்சி ஒன்றியங்களில் உள்ள 156 ஊராட்சிகளில் புதுவாழ்வு திட்டம் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

வாசுதேவநல்லூர் ஒன்றியம், இனாம்கோவில்பட்டி ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பிற்கு தென்மலை கிளை இந்தியன் ஓவர்சீஸ் வங்கி, மூலம் ரூ. 16.10 இலட்சம் வங்கிப் பெருங்கடனாக 28.02.2014 அன்று மாவட்ட ஆட்சியர் முனைவர் மு. கருணாகரன், இ.ஆ.ப., அவர்களால் வழங்கப்பட்டது. இந்நிகழ்ச்சியில் திருநெல்வேலி மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்ட மேலாளர் திரு. ச.கி.சம்பத்குமார், மாவட்ட முன்னோடி வங்கி மேலாளர் மற்றும் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகளின் நிர்வாகிகள் கலந்து கொண்டனர். ■

உலக வங்கி குழுவினர் வருகை

THE WORLD BANK

மக்கள் கற்றல் மையங்கள் (மகமை) கிராமப்புற மக்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளவையாக உள்ளன. திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில் உள்ள மாவட்ட மக்கள் கற்றல் மையம் (மகமை) மற்றும் வட்டார மக்கள் கற்றல் மையம் ஆகியவற்றை பார்வையிட உலக வங்கியைச் சேர்ந்த திருமதி. ஆஷா பகத் மற்றும் மாநில நிதி வல்லுநர் திரு மாணிக்கம் ஆகியோர் 12.03.2014 அன்று வருகை புரிந்தனர்.

மேற்படி உலக வங்கிக் குழுவினர் மாவட்ட மற்றும் வட்டார மகமைகளின் செயல்பாடுகள், பதிவேடுகள் பராமரிப்பு ஆகியவற்றை பார்வையிட்டு, உறுப்பினர்களுடன் கலந்துரையாடி, மக்கள் கற்றல் மையங்கள் மேலும் சிறப்பாக செயல்பட ஆலோசனைகளை வழங்கினர்.

திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில், மானூர், குருவிகுளம், வாசுதேவநல்லூர், சங்கரன்கோவில், கடையநல்லூர் மற்றும் மேலநீலிதநல்லூர் ஆகிய ஆறு ஊராட்சி ஒன்றியங்களில் உள்ள 156 ஊராட்சிகளில் புதுவாழ்வு திட்டம் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

வாக்காளர் விழிப்புணர்வு

சிவகங்கை மாவட்டம், காஞ்சிரங்கால் ஊராட்சியில் 18.3.2014 அன்று நடைபெற்ற வாக்காளர் விழிப்புணர் நிகழ்ச்சியில் காஞ்சிரங்கால், முத்தரசன், இலுப்பக்குடி, ஒக்கூர், வி.புதுக்குளம், பாகனேரி, மேலமங்கலம், காளையார்மங்கலம் ஆகிய ஊராட்சிகளில் செயல் படும் சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த உறுப்பினர்கள் கலந்து கொண்டனர். இந்நிகழ்ச்சியில் தேர்தல் குறித்த விழிப்புணர்வு ரங்கோலி, பேரணி, உறுதிமொழி மற்றும் விழிப்புணர்வு தீர்மானங்கள் நிறைவேற்றப்பட்டனர்.

தேர்தல் குறித்த வாக்காளர் விழிப்புணர்வு பேரணியை மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் அவர்கள் துவக்கி வைத்தார். மகளிர் திட்ட இணை இயக்குநர் / திட்ட அலுவலர், மாவட்ட புதுவாழ்வு திட்ட மேலாளர், தேர்தல் அலுவலர்கள், சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்தவர்கள் இந்நிகழ்ச்சியில் கலந்து கொண்டனர். ■

சுற்றுச்சூழலைக் காக்கும் சூரியசக்தி

நமது எதிர்காலம் நம் கையில்

புதுப்பிக்கத்தக்க ஆற்றல் என்பது சூரியவொளி, காற்று, நீர், கடல் அலைகள் மற்றும் புவி வெப்பம் போன்ற இயற்கை வடிவங்களில் இருந்து பெறப்படும் சக்தியாகும். சூரிய ஒளி மற்றும் வெப்பத்தின் வடிவத்தில் சூரியனில் இருந்து வரும் ஆற்றலானது 'சூரிய சக்தி' என்று அழைக்கப்படுகிறது. நமது நாட்டில் புதுப்பிக்கத்தக்க இயலாத ஆற்றல் வளங்களான நிலக்கரி, பெட்ரோலியம், இயற்கை எரிவாயு போன்றவை போதுமானதாக இல்லை.

வ.எண்.	மாவட்டம்	தொடர்பு நபர்	முகவரி
1	கோயம்புத்தூர்	திரு. S. முருகேஷ் 91-98410 20000	சூர்ய ஜோதி எனர்ஜீஸ், 132, 2வது தளம், 4வது தெரு, காந்திபுரம், கோயம்புத்தூர் – 641 012.
2	திண்டுக்கல்	திரு. ஜோசப் 91-94430 32421 91-451-238440	ஆதித்யா சோலார் ஷாப், 15, குருசாமி பிள்ளை லேன், வடக்கு ரத வீதி, திண்டுக்கல் – 624 001.
3	சிவகங்கை	திரு. S. சுப்பிரமணியன் 91-9488263265	ஸ்ரீ சக்ரா சோலார்கள், 239-AE/17-C, ACA காம்ப்ளக்ஸ், (தினசரி சந்தைக்கு எதிரில்) செக்காலை ரோடு, காரைக்குடி – 630 002, சிவகங்கை மாவட்டம்.
4	மதுரை	திரு. M. சுதாகர் 91-94420 29670 91-452- 2423960	சுராஸ் ஆதித்யா சோலார் ஷாப், 11வது தளம், 111, பி. சிவலிங்கம் காம்ப்ளக்ஸ், பெத்தானியாபுரம் பைபாஸ், மதுரை – 625 016.
5	நாகப்பட்டினம்	திரு. P.N.பன்னீர்செல்வம் 91-4365-240795 91-4365-240999	ஈஸ்வரிஸ் டிரேடிங் கம்பெனி, 115, பப்ளிக் ஆபீசர் ரோடு, தம்பித்துரை பூங்கா எதிரில், மேற்கு வெளிப்பாளையம், நாகப்பட்டினம்-611 001.
6	திருப்பூர்	திருமதி. S. பானுரேகா 91-9362221598 91-421-4328809	S B R எண்டர்பிரைசஸ், கொங்கு நகர் 3வது தெரு, திருப்பூர் – 641 607.

சோலார் வீட்டு விளக்கு அமைப்பு

இவை நிலையான உட்புற விளக்கு அமைப்புகளாகும். இந்த அமைப்பு சூரிய சக்தி யிலிருந்து மின்சாரத்தை உருவாக்குவதற்கும், அவற்றை சேமிப்பதற்குமான சூரிய ஒளி மின்னழுத்த பேனல்கள் மற்றும் பேட்டரிகளைக் கொண்டிருக்கிறது. இந்த பேட்டரிகளில் சேமிக்கப்பட்டிருக்கும் சக்தியானது வீட்டினுள் CFL விளக்குகளை ஒளிரச் செய்யும்.

விலை மற்றும் மானியம்

இந்த அமைப்பினை நிறுவுவதற்கான செலவு ரூ. 8,000/- முதல் ரூ. 25,000/- வரை விரும்பப்படும் திறன் பொறுத்து இருக்கும். இதற்கு MNRE மானியம் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் மானியத்தின் அடிப்படையை அதிகபட்சமாக ரூ. 2,500/- முதல் ரூ. 4,800/- வரை உட்பட்டு விலையில் 50% ஆக இருக்கும்.

எங்கே வாங்குவது?

இதனை வாங்க தமிழ்நாடு ஆற்றல் மேம்பாட்டு முகமையை (TEDA) அணுகலாம்.

சோலார் குக்கர்கள் என்பவை அரிசி, பருப்புகள், காய்கறிகள், மீன், மாமிசம், முட்டை முதலியவற்றை சமைப்பதற்காக சூரியனில் இருந்து வெப்ப சக்தியை பெறும் பாத்திரங்கள் கொண்ட ஒரு அமைப்பாகும். சோலார் குக்கர்களுக்கு எரிபொருள் தேவை இல்லை என்பதால் எரிபொருளுக்கான செலவுகள் குறைகிறது.

ஓட்டுக்குப் பணம் பெற்றால் தண்டனை...
ஒரு வருடம் சிறை...!

சமைப்பதற்கான சோலார் சக்தி

சோலார் குக்கர்கள் என்பவை உணவுப் பொருட்களை சமைப்பதற்காக சூரியனில் இருந்து வெப்ப சக்தியை பெறும் பாத்திரங்களைக் கொண்ட ஒரு அமைப்பாகும்.

சோலார் குக்கர்களின் பயன்கள்

சோலார் குக்கர்களுக்கு எரிபொருள் தேவை இல்லை என்பதால் எரிபொருளுக்கான செலவுகள் குறைகிறது. புகை மற்றும் புகைக்கரி உருவாகும் பிரச்சனைகளற்றது. சமைக்கப்பட்ட உணவின் சக்தி குறையாமல் இருக்கிறது. உணவு சமைப்பதற்கானதாகும். பெட்டியினுள் வைக்கப் பட்டிருக்கும் கலன்கள் கண்ணாடி உறையினால் மூடப்பட்டிருக்கும். அதிக வெப்பத்தை கிரகிப்பதற்காக சமையல் பெட்டியில் கருப்பு வண்ண பெயிண்ட் பூசப்பட்டிருக்கும்.

மழை அல்லது மேகமூட்டமான வானிலையில் பயன்படுத்துவதற்காக மின்சார ஹீட்டர்களுக்கான வசதியும் சோலார் குக்கர்களில் உள்ளது. இந்த வகையான சோலார் குக்கர்கள் ஐந்து உறுப்பினர்களைக் கொண்ட குடும்பத்திற்கு பொருத்தமானது.

மழை அல்லது மேகமூட்டமான வானிலையில் பயன்படுத்துவதற்காக மின்சார ஹீட்டர்களுக்கான வசதியும் சோலர் குக்கர்களில் ளள்ளது. இந்த வகையான சோலார் குக்கர்கள் ஐந்து உறுப்பினர்களைக் கொண்ட குடும்பத்திற்கு பொருத்தமானது.

சோலார் குக்கர்களின் வகைகள்

பெட்டி வடிவம்

இந்த வகை சோலார் குக்கர் நன்கு இன்சுலேட் செய்யப்பட்ட பெட்டியுடன், மூடியினுள் ஒரு பிரதிபலிக்கும் கண்ணாடி பொருத்தப்பட்டு இருக்கும். கலனுக்கும் மூடிக்கும் இடையே அமைக்கப்பட்டிருக்கும் கண்ணாடி உறையானது

PRESS & REGISTRATION OF BOOKS ACT
Registration of News papers (Control) Rules 1957
FORM IV 9 (SEE RULE 8) Statement about ownership Particulars of TAMILNADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM

1. Place of Publication	: MUTRAM SOCIETY Tamil Nadu Corporation for Development of Women Ltd, "Annai Teresa Mahalir Valagam" Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034
2. Periodicity of its publication	: Monthly
3. Printer's Name	: **C.JABAMANI.**
Nationality	: Indian
Full Address	: CANAAN PRESS PRIVATE. LTD, No: 62/1. Peter's Road Royapettah, Chennai - 600 014.
4. Publisher's Name	: **S.CHINNAPPAN**.
Nationality	: Indian
Full Address	: Tamilnadu Corporation for Development of Women Ltd., "Annai Teresa Mahalir Valagam" Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034
5.Editor's Name	: **S.CHINNAPPAN** .
Nationality	: Indian
Full Address	: Tamilnadu Corporation for Development of Women Ltd., "Annai Teresa Mahalir Valagam" Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034
6. Owner's Name	: **MUTRAM SOCIETY** Representated by its Secretary S.CHINNAPPAN.

I, S.CHINNAPPAN, hereby that the particulars given adove are true to the best of my knowledge.

Chennai: 600 032.
Date: 28.02.2014.

(S.CHINNAPPAN)
Signature Publisher

விலை மற்றும் மானியம்

பெட்டி வகை சோலார் குக்கர்களின் விலை சுமார் ரூ. 2,500/– முதல் ரூ. 3,500/– வரை இருக்கும். இதற்கு மூலதன மானியம் ஏதும் கிடையாது. ஆனால் வட்டியில்லா கடனை தேசியமய வங்கிகள் தருகின்றன. ஒரு வருடத்திற்கு ஏறத்தாழ 3 – 4 எல்.பி.ஜி. சிலிண்டர்களை சேமிக்கலாம்.

வட்டில் வகை

இது ஒரு செறிவூட்டப்பட்ட வகை பரவளைய வட்டில் குக்கர் ஆகும். இது கூட்டுக் குடும்பங்கள், சிறு நிறுவனங்கள் முதலியவற்றிற்கு பொருந்தும். இது ஒரே நேரத்தில் சுமார் 15 நபர்களுக்கு பரிமாறக் கூடியது. இந்த குக்கரை எளிதாகப் பொருத்தலாம் மற்றும் பேக் செய்து எளிதாக எடுத்துச் செல்லலாம். சமைக்க வேண்டிய பாத்திரங்களை வைப்பதற்கு போதுமான இடம் உள்ள இந்த குக்கர் பயன் படுத்துவதற்கு எளிதானது. பயன்படுத்தும் சௌகரியத் திற்கு ஏற்ப பாத்திரங்களை வைக்கக் கூடியது.

விலை மற்றும் மானியம்

இது ரூ. 6,000/– முதல் ரூ. 9,000/– வரை விலையுள்ளது. இந்த வகை சோலார் குக்கருக்கான மானியம் ஒரு சதுர மீட்டருக்கு ரூ. 2,100/– என்ற அளவில் MNREல் இருந்து கிடைக்கப் பெறுகிறது. எரிபொருள் சிக்கனம் ஆண்டுக்கு 10 LPG சிலிண்டர்கள் (ரூ. 3,000/–) என்ற அளவுக்கு இருக்கும்.

எங்கே வாங்குவது?

பெட்டி வகை மற்றும் வட்டில் வகை சோலார் குக்கர்கள் வாங்குவதற்கான ஒப்புதல் அளிக்கப்பட்ட உற்பத்தியாளர் களின் பட்டியலைப் பெற தமிழ்நாடு ஆற்றல் மேம்பாட்டு முகமையை (TEDA) அணுகலாம். ■

(தொடரும்)

Published by S.CHINNAPPAN, on behalf of MUTRAM SOCIETY From TNCDW, Annai Teresa Mahalir Valagam, 1st Floor, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai – 600 034 (77,700 Copies circulated) an Printed by C. JEBAMANI, CANAAN PRESS PRIVATE LTD., No. 62/1, Peter's Road, Royapettah, Chennai - 600 014. Editor: S.CHINNAPPAN.

வீட்டுக்கு வரும் விருந்தினர்களை நல்ல முறையில் உபசரிக்கும் நாம், மலம் கழிக்கும் விஷயத்தில் மட்டும் அலட்சியம் காட்டுகிறோம். வீட்டில் கழிவறையைக் கட்டாததால், மலம் கழிக்க திறந்தவெளிக்குப் போகுமாறு சொல்லி, அவர்களை அவமானப் படுத்துவது மட்டுமல்ல. திறந்தவெளி மலத்தால் பரவும் நோய்கள் அவர்களுக்குப் பரவ நாமே காரணமாகிறோம். வீட்டில் கழிவறை கட்டுங்கள். ஆரோக்கியத்தையும், கவுரவத்தையும் நிலை நாட்டுங்கள்.

கழிவறை உபயோகமே, வாழ்க்கைக்கு ஆரோக்கியம்.

unicef
unite for children

வெளியில மலம் போனா சீச்சீ சொல்லப்பா!

RNI No. TNTAM/1999/02733-TAMILNADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM R.DIS 498 / 2012
Reg. No. TN/CH(C)/455/12-14 & Licensed to Post Under without Prepayment TN/PMG(CCR)/WPP - 564 / 2012 - 14
Date of Publication 21.03.2014